

半夏生：夏至から11日目頃の事です。農家では「半夏生餅」をつき、田植えが終わった後に田の神様に供えて豊作を祈り、田植えの無事に感謝しながら食べる。
餅に小麦粉を入れるので固くなりやすく、さくさく切れて餅のように伸びないので、のどもつめにくく、おなかにもやさしく、お年寄りに安心して食べていただけます。



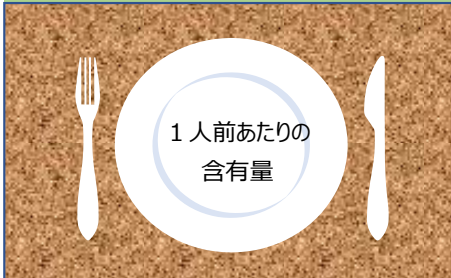
半夏生餅

2021/7/2

材料	15	人前	調味料
もち米	700	g	
全粒粉	600	g	
きなこ	80	g	
ラカントS (きな粉用)	70	g	
ラカントS (もち用)	60	g	

栄養成分表

作り方



322	Kcal エネルギー
0	ミリグラム コレステロール
65	グラム 炭水化物
0	グラム 食塩相当量

- ① もち米は洗って一昼夜水につけ、水を切っておく
- ② 熱湯に全粒粉をいれてこねる。
- ③ 耳たぶくらいになったらこぶし大に丸めておく
- ④ せいろに①をいれて、その上に③を並べて蒸す。
- ⑤ 蒸し上がれば餅つき機で④をつく
- ⑥ 途中でラカントSを入れて再びつく
- ⑦ つきあがった餅は好みの大きさに丸めてラカントSを加えたきな粉をまぶす