



田植ええ小時飯（凍み餅）

【作り方】

- ①凍み餅は、三〇分位水に浸し、柔らかくもどす。
- ②まな板に上げて、水気を切る。
- ③よく水気が切れたら、フライパンで焼いたり、蒸し器で蒸したりして、あん、きなこ、砂糖じょうゆ等で食べる。

●ポイント

*凍み餅のもどし時間は、餅により異なるので注意すること。

材料

- ・凍み餅
- ・あんこ
- ・きなこ
- ・砂糖、しょうゆ

（資料提供者 棚倉町 穂積フジノさん）