

【自分で作ってみよう！韓国料理！】レシピ

韓国風おこわ（薬食）



レシピ提供：ホミン先生

名前がらも体に優しそうな、シナモンが香る甘いおこわ

🍴 コツ、ポイント

炊き終わったら炊飯器の電源を切り、温かいうちに具材を混ぜ、容器に入れて粗熱をとったら、必ず蓋をしましょう。

材料（約4～5人前）

| | | A | |
|-----------------|---------|----------|--------|
| もち米 | 500g | 黒糖 | 110g |
| 水 | 350cc | シナモンパウダー | 小さじ1/2 |
| ドライフルーツ・ローストナッツ | | 醤油 | 大さじ 3 |
| | 1カップくらい | はちみつ | 大さじ 2 |
| | | ごま油 | 大さじ 2 |

作り方

調理時間：約 50 分（もち米の浸し時間除外。炊飯器による）

1. もち米は洗って水に6時間以上浸してから水気を切っておく。
Aの材料はボウルに入れてよく混ぜておく。
2. 炊飯器で1の餅粉と分量の水、
そしてAを入れてよくかき混ぜ、ご飯を炊く。
3. ご飯が炊き上がったら、ご飯をしっかりほぐし、好みのドライフルーツと
ローストナッツを入れて軽く混ぜる。
4. 10分くらい蒸らしたのち、パンの形など好きな型に入れて固める。
タッパーに入れて固めてから包丁で好みの大きさに切ってもよい。