里芋とダイシモチのおやき

令和２年

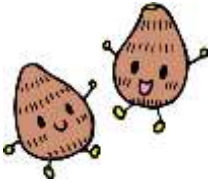
【材料】（約２０個分）

ダイシモチ	０．５カップ
お米	１．５カップ
里芋	３～４個
塩	小さじ1
小麦粉	適量
油	適量
刻みのり（焼き海苔）	適量

●砂糖
●しょうゆ　１：１で混ぜる

【作り方】

① ダイシモチとお米を洗い、炊飯器にセットする。
② 里芋の皮をむき、切る。
③ ①に②、塩を入れて炊く。
④ ③が炊けたら麺棒でつぶしながら混ぜる。
⑤ 食べやすい大きさに丸める。
⑥ 軽く小麦粉をまぶして、フライパンで両面を焼く。
⑦ ●をぬってできあがり。



お好みで刻みのりを散らしても、おいしいですよ。

善通寺市　子ども課