



## 黒田千春のプチクッキング教室!



料理は決まりをとっぱらうと  
 レパートリーが広がります。



広島テレビ「テレビ宣言」や  
 広島FM「オバレポ」で人気の  
 料理研究科

### 黒田千春・ポットラック代表

1つのレシピの素材・味付・形をそれぞれ少しずつ工夫することで、アレンジの幅が広がるのです! 毎日の料理を苦にするか楽しみにするか、全てはどれだけ遊び心を持てるかが決め手のようですね。「料理に失敗はないのよ。名前なんてできあがってからつければいいんだから」

ポットラック  
 広島市中区西十日市2-15  
 TEL 082-297-6880

## 千春風ぜんざい+ラズベリー

### ■材料 (3人分)

小豆……………100g    砂糖……………200g  
 塩……………ひとつまみ    もち……………6個

### 作り方

- 1.小豆は洗い一晩たっぷりの水につけておく。
- 2.1の水を捨て、たっぷりの水を加えて火にかけて沸騰したら湯を捨て、再び水を加えて火にかける。
- 3.2を二、三回繰り返し、アクを抜く。
- 4.アクを抜いたら、小豆がかぶるくらいの水を加え、コトコトと柔らかくなるまで煮る。
- 5.小豆が柔らかくなったら、煮汁をヒタヒタになるまで捨て、砂糖を加えてひと煮立ちさせて一晩おく。
- 6.5を再び火にかけて塩を加え、好みの甘さに調節して煮立てる。
- 7.餅の両面をこんがり焼いて、おわんに入れて6をかける。

## おいしいびっくり!!

### 冷凍ラズベリーを添えます。

甘さと酸っぱさのマッチ!!意外な組合せですが「いちご大福」風でとってもおいしいですよ!



### POINT

急ぐ場合は、湯沸しのお湯につけて二時間。

最低でも七時間必要です。

アク抜きの際はガスが早くていいのですが、コトコトと煮る時はストーブにかけておく方が火の調節が簡単です。

### おだんごを野菜のピュレで練ります。

かぼちゃ、じゃがいも、ほうれん草、人参などを茹でて裏ごしたもので練ると、カラフルでおいしい野菜だんごができます。

