

静岡のとおきレシピ

このはなの恵みの玄米甘酒



材料（甘酒約 1000g 分）	分量
このはなの恵み（玄米） （玄米用の水量で炊いておく）	1 合
米こうじ	500g
A（トッピング）	－
秋のフルーツ （柿、梨、ぶどうなど）	お好み
アボカド	お好み
すだち	お好み
ジンジャーシロップ （スライスしたショウガに同量の砂糖をまぶし、一晩寝かせてから煮詰め、ショウガを取り除いたもの）	お好み

作り方

1	鍋にあらかじめ炊いておいた「このはなの恵」と水 500cc を入れ、中火で沸かす。
2	水分が飛んで粥状になったら、60℃以下まで冷ます。
3	炊飯器に 2 と米こうじを入れしっかり混ぜたら、ふたをして保温（60℃～65℃）で 6 時間置く（その間、2 時間おきに優しくかき混ぜる）。これで甘酒の原液が出来上がり！。
4	3 を水で割り飲みやすいとろみ具合に調整する。
5	カットした秋のフルーツ、アボカドにすだちを絞り、ジンジャーシロップを絡めたものを盛り付けて召し上がれ！
ポイント	白米でも可（「このはなの恵」なら玄米がオススメ）。玄米なら甘さ控えめでツブツブの食感も楽しめます 3 の原液は冷凍保存できます 【静岡県産のおすすめ食材】 <このはなの恵み：頂（しずおか食セレクション）認定品> 富士山の伏流水と準高冷地の気候を活かした良食味米。コンテスト等で数々の受賞歴を誇る御殿場コシヒカリの中のトップブランド米。