

NEW

## 乳かまもち

岩手県代表



中森 彩美さん

### 作り方（調理時間60分）

- ① みそ、砂糖、クリームチーズを混ぜ合わせておく。
- ② 上新粉とスキムミルクを合わせ、沸騰させた牛乳を入れこねる。
- ③ ②を半分に分け、片方にすりごまを混ぜる。
- ④ ③をそれぞれ4等分する。
- ⑤ ④を広げ①のみそチーズを入れ、半円形に形を整える。
- ⑥ ⑤にしそを巻き、10分蒸し上げる。

### 材料（4人分）

牛乳	220ml
スキムミルク	32g
クリームチーズ	80g
上新粉	200g
みそ	36g
砂糖	45g
すりごま（黒）	大さじ3
打ち粉	少々
しそ	8枚

### ポイント

岩手の郷土菓子を牛乳、乳製品を加え、今風にアレンジしました。カルシウムアップで子どもからお年寄りまでおいしくいただくことができます。

