

かいもち



ちょっと一言！

餅とさつまいもを一緒に蒸したり茹でたりして、お茶碗で“かいて（混ぜて）”食べていたので、「かいもち」と呼ばれるようになったと言われています。

20個分

材料名

分量

さつまいも

500g

もち

200g

砂糖

80g

塩

少々

きな粉

適量

- ① さつまいもは洗って皮をおき、1cmの厚さの輪切りにして水にさらす。
- ② ①のさつまいもを鍋に入れて、ひたひたの水で柔らかくなるまで煮る。
- ③ ②が煮えたら、湯を少し残し、さつまいもの上に餅をのせ、餅が柔らかくなるまでさらに煮る。
- ④ 火を止め、鍋の中でさつまいもをつぶし、餅とよくかき混ぜ、砂糖と塩を入れてさらにかき混ぜる。
- ⑤ ④が冷めたら20個に分けて丸め、きな粉をまぶす。

レシピを作った団体・人

周防大島町東和地区生活改善実行グループ連絡協議会[周防大島町]