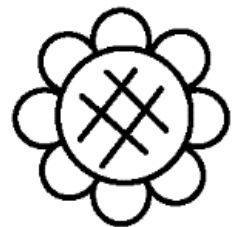


親子クッキング

枝豆ととうもろこしの

おこわボール



材料：もち米（1合で20個くらい作れます） とうもろこし 枝豆 塩

作り方：もち米を炊く。（普通にご飯を炊くときの7割くらいの水加減。炊飯器のおこわの線で。）

とうもろこしと枝豆は、2分ほど塩ゆでしてからむきます。

炊き上がったもち米にほぐしたとうもろこしと枝豆、塩を加えて軽く混ぜ合わせます。

一口大にころころ丸めてできあがり。（手に水をつけるとくっつきにくいです）

とうもろこしも枝豆も今が旬。指先を使って上手にむきむき。
自分たちが頑張ってお手伝いをして作ったごはんは一味違うかな？

