

## 大人対象企画 **ビザがまの栗でクッキング!**



日 時：2025 年 10 月 1 日(水)

13:00～16:00

場 所：そうふけ公民館調理室

参加者：大人 6 人

毎年の恒例行事となっている、栗拾いからのクッキング!  
今回は皆さんからご希望のあった“栗ご飯”を作りました。

1キロ弱の栗もおしゃべりしながらあっという間に剥き終わり、  
栗ご飯へととなりました。そしてデザートは、カステラと栗と砂糖  
を合わせて生クリームを添えて楽しみました。参加の会員さん  
から、鯛めしと枝豆の差し入れもありました。



調理しながらお互いの近況報告をしたり、楽しい時間を過ごす  
ことができました。



### 栗ご飯レシピ

#### <材料>

米	1.5 合
もち米	0.5 合
栗	300g(12コ)
酒	大さじ 1
みりん	大さじ 1
塩	小さじ 1

#### <作り方>

- ① 米は洗って1時間以上浸水させておく。
- ② 栗はボウルに入れ、熱湯をかぶるくらい注ぎ  
鬼皮が柔らかくなるまで15分ほどおく。
- ③ 鬼皮と渋皮をむき、水に15分ほどつける。
- ④ 炊飯器に酒・みりん・塩・水を入れひと混ぜし、  
水気をふいた栗を米の上にのせ炊く。

