

**時短****簡単****わが家のお餅レシピ!**もうすぐ
お正月

皆さんはお餅をどのように食べますか。お雑煮はもちろん、きな粉餅や磯辺焼き、からみ餅などなどいろいろな食べ方がありますね。今回のコラムはWebモニターさんおすすめの「時短・簡単 わが家のお餅レシピ」を紹介します。お餅をおいしく食べて一年を元気に過ごしましょう。

豆知識【なぜお正月にお餅を食べるの?】

平安時代に行われていた、お正月に硬いものを食べることで歯を強くし、長寿や健康を願う行事「歯固めの義」が由来といわれている。また、お餅は長く伸びて切れないことから、長寿を願うともいわれている。

お餅でグラタン**作り方**

- ① グラタン皿に白菜と餅を入れ、電子レンジで少し温めてやわらかくする。
- ② ①にマヨネーズととろけるチーズ(ピザ用チーズ)をのせ、少し焦げめがつくまでオーブントースターで焼く。

お餅で肉巻き**作り方**

- ① 餅を拍子木切りしておく。
- ② しょうゆ、酒、みりん、さとうを混ぜ合わせておく。
- ③ 薄切りの豚肉に塩コショウをして①に巻き、小麦粉を振りかける。
- ④ フライパンで③を焼き、②を入れてふたをし、餅がやわらかくなったら出来上がり。

お餅でモッフル**作り方**

- ① 餅は電子レンジで少しやわらかくなるまで温める。
- ② やわらかくなった餅1個分に対してワッフルメーカーで約5分焼く。
- ③ チョコレートソースやジャムで召し上がれ。