

# かんずり焼きおにぎり



## ●材料（4人分）

- ・米 2 合
- ・かんずり大匙 2
- ・揚げ玉大匙 3
- ・しょうゆ 40cc
- ・みりん 40cc

## ●作り方

- ① 炊き立てのご飯にかんずり、揚げ玉を入れて混ぜ合わせる。
- ② 鍋にしょうゆ、みりんを入れて煮詰める。
- ③ ①を握り、②を塗り、トースターなどで焼く。

かんずりとは塩漬けされた唐辛子を雪にさらした後、糀、柚子、塩と混合し3年間熟成発酵させた香辛料で雪の上に3、4日さらす事により雪の水分を吸収しアクと塩分が抜け、見た目よりまろやかな味になっています。家庭にひとつあると便利です。

