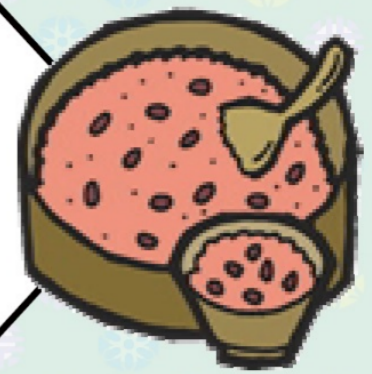




# みとりおこわ



## 材料

- もち米 2合
- みとり豆 2杓 (1/5合)
- 塩 適量

## 作り方

みとり豆（ささげ豆の一種）は夏（お盆前）に収穫されます。宇佐市ではお盆の時期に初盆家庭を中心にみとりおこわを食し、近所や親戚に配る風習があります。小豆を使った赤飯とは反対にご法事の際によく作られています。

- ① もち米は洗ってよく水に浸しておく
- ② みとり豆は多めの水で軟らかく煮、火を止め塩を加える（煮汁は後で使うので捨てないようにする）
- ③ もち米と軟らかく煮た豆を混ぜ合わせ蒸し器で20分から30分蒸す  
途中、煮汁で打ち水を2回ほどする

\*炊飯器でも炊くことができます。  
その場合は始めから煮汁を少し加え、おこわを炊く要領で水の量を減らして炊飯してください。