

**麴** ジャム。砂糖を一切使っていないのに深い甘みがあります。甘いけどくどくない、優しい自然の甘さです。トーストに、紅茶に、ヨーグルトにと利用範囲が広いです。湯で薄めれば甘酒に戻るのも素敵などころです。

### お芋ごはん

材料（6人分）

白米 3合

さつまいも 大1本

料理酒 大さじ2

麴ジャム 大1



1 米を洗い、メモリよりも少ない量の水を入れ、30分程度浸しておく。

2 さつまいもは皮をむいて好みの大きさに切り、水に浸す。

3 ①に、料理酒・麴ジャム・塩を入れ、水を3合の目盛りまで足す。かき混ぜて味を均一にする。

4 ②のさつまいもを①の上に乗せて、通常通り炊く。

### 麴ジャムラッシー

材料（1人分）

プレーンヨーグルト大2

牛乳 60ml

麴ジャム 大1・1/2



材料を全部ミキサーに入れて攪拌する。

### バナナミルク

材料（1人分）

バナナ 1/2本

麴ジャム大さじ1杯

牛乳 150cc

氷適量 塩小さじ1



材料を全部ミキサーに入れて攪拌する。

### ドレッシング

#### A【中華ドレッシング】

醤油 大1

酢 大1

麴ジャム 小1

ゴマ油 小1

野菜にあえても美味しく食べられます

#### B【マヨネーズドレッシング】

黒ゴマ・・・大2

麴ジャム・・・大2

マヨネーズ・・・大2

塩・こしょう

