



I・V・Aレポート

認定No.

ニックネーム:

213

コアラママ

タイトル:

「いわき伝統野菜」

田舎んぼで、いわき産のエゴマを買いました。

以前、庭のプランターで栽培をしていたことがありました。

『スズメがやたらと庭にいるなあ〜』とっていたら、

いつの間にかエゴマの実ができていて、

ほぼスズメのエサになっていました。

エゴマの生産者さんは、収穫が大変だろうなと思いました。

フライパンで煎り、パチッと音がしたらすぐ火を止めて、

ゴマのように擦ってキビ砂糖、ひとつまみの塩を加え

握った餅米のご飯にまぶし、

夫の実家でよくいただいた「じゅうねんぼた餅」を作ってみました。

