

一升炊きの炊飯器を利用した甘酒の作りかた

材料

米 5 合 (750g)

米麴 1 包 (700g ~ 800g)

お湯 600cc (沸騰させ 50°Cに冷ましたもの)

-
- ① 米はよく洗って普通に炊き上げます。
 - ② ボール (直径 30cm 位) で麴を粒状になるまでほぐし、お湯をかけ全体を満遍なく湿らせておきます。
 - ③ 炊き上がったご飯は 50°C程に冷まし、ボールの中で湿らせた麴とよく混ぜ再び炊飯器に戻します。
 - ④ 保温の状態にして炊飯器の蓋はしないで布巾をかけておきます。
 - ⑤ 混ぜ合わせてから 1 時間経ったら、しゃもじでよくかき混ぜてその後 2 時間おきにかき混ぜます。
 - ⑥ 混ぜ合わせてから 6 時間ほどで仕上がりますので電気を切って冷まします。

後は好みにより薄め一度沸かすと滋養ある甘酒として召し上がれます。

