

鏡開き



鏡開きは武家の風習であったため、「切る」「割る」などの言葉は切腹を連想させ、武家にとって縁起の悪いことから、「鏡開き」と呼ばれるようになったという説もあります。
年末のお餅つきなどで作った昔ながらの鏡餅を鏡開きする場合には、十分にお餅を乾燥させておいて、ヒビが入った箇所をハンマーなどでたたき、割って食べましょう。

～簡単おもちレシピ～

餅ピザ



サトウ食品 参照

エネルギー230kcal たんぱく質8.8g 脂質11.3g
炭水化物22.0g食物繊維0.7g食塩1.1g
※栄養価は1人分の値です。

材 料 2 人 分	もち	72g
	ピザ用チーズ	50g
	ベーコン	15g
	ピーマン	6g
	コーン	15g
	ピザソース	大さじ2と1/2
	サラダ油	適宜

つくり方

- 1 しゃぶしゃぶもちを水に5分ほどつけておく。
- 2 熱したフライパンにサラダ油をひき、もちを並べる。
- 3 ピザソースを塗り、チーズ、ベーコン、ピーマン、コーンをのせる。
- 4 水を少々ふりかけて、蓋をして2～3分蒸し焼きにする。