

本日のおすすめ

きょう 今日は1つ1つ手作りの にくだんご 「肉団子のもち米蒸し」が登場



<https://www.hokkaido-gas.co.jp/support/recipe/585>

北海道ガス株式会社様 ホームページ

肉団子のもち米蒸しより引用



ごめ もち米ってどんなお米?

もち米は、炊くととっても「もちもち」になるお米です。おもちや、おはぎ、赤飯など、お祝いの日に食べる料理によく使われます。ふつうのお米よりネバネバしていて、手にくっつきやすいのが特徴です。日本では、昔から大切に食べられてきたお米です。

もち米とうるち米（ふだん食べているごはん）の違いを表にしてみました。

くらべるポイント	もち米	うるち米（ふつうのお米）
たいたときの感じ	もちもちして、ねばりが強い	ふっくらして、さらっとしている
さわると？	手にくっつきやすい	あまりくっつかない
使う料理	おもち・おはぎ・赤飯・ちまきなど	ごはん・おにぎり・カレーライスなど
ねばりのひみつ	アミロペクチンがいっぱい	アミロペクチンが少なめ
食べる場面	お祝いのときや行事に使われることが多い	まいにち毎日のごはん

