

おいりの作り方

【材 料】

ポン米	750 g
アラレ	100 g
砂糖	500 g
水	150 ml
塩	小さじ1
水あめ	500 g
生姜の搾り汁	大さじ2.5
サラダ油	適宜

鳥取
伝統の味

しょうがの香る
おいりを
手作りしよう!



【作り方】

- ① 鍋に砂糖、塩、水を入れて火にかける。木しゃもじで混ぜながら泡が小さくなるまで煮立てる。
- ② ①に水あめを煮溶かす。焦がさないよう火加減に注意！（細かい泡が鍋に広がり、木しゃもじですくうと糸を引くようになる。）
- ③ 水あめが煮上がったら、生姜汁を加えてひと煮立ちする。
- ④ あらかじめ大きな鍋にポン米とアラレを混ぜておき、③をかけ入れて手早くかき混ぜる。
- ⑤ 温かいうちに、調理用薄手袋をつけ、サラダ油を塗りながら適当な大きさに握る。（熱いうちは固く握るのではなく、手の平で転がすように丸める。）
途中、冷めて握れなくなったら鍋を温める。焦がさないよう火加減に注意！

