



| | |
|--------|---|
| チーム名 | ハローベトナム (VIE ベトナム社会主義共和国) |
| メンバー | Bui Thi Hau Nguyen Thu Nghia Vu Thu Trang |
| サポート企業 | 株式会社 小玉屋 |
| 作品名 | スウィート 24 おにぎり |

材料 (おにぎり 2 個分)

- ・ コメ 100g
- ・ 水 (炊飯用) 140ml
- ・ 薄力粉 40g
- ・ 水 (小麦粉用) 35g
- ・ 塩 (炊飯用) 1g
- ・ 砂糖 20g
(半量は小麦粉用、半量は炊飯用)
- ・ ハスの実 20g
- ・ 角砂糖 20g
- ・ 生姜 4g
- ・ 抹茶 1g
- ・ ココナッツミルク 25g
- ・ いりゴマ 1.5g
- ・ 油 2g
- ・ おにぎり型



作り方

1. ご飯を炊く

- ① 大き目のボウルにコメを入れ、優しく円を描くようにコメを洗い水を捨てる。これを 3 回繰り返す。
- ② コメをぬるま湯に浸し 15 分ほど置く。コメをザルにあげ 15 分ほど置き、完全に水を切る。
- ③ コメ、砂糖、水、塩、抹茶、ココナッツミルクを混ぜ合わせ、140ml の水とともに炊飯器に入れ、30 分ほど炊く。
- ④ クッキングシートを敷いた大き目の皿かバットに炊けたご飯を移す。
- ⑤ ご飯にいりゴマを混ぜふっくらとほぐす。

2. おにぎりの具を作る

2.1. ハスの実ボールを作る

- ⑥ ハスの実をすりつぶし、少量ずつ手にとり球状に丸める。

2.2. “水に浮かぶパンチョーイ”を作る

- ⑦ 生姜汁を絞る: 生姜を下ろししょうが汁を絞る。
- ⑧ 生地を作る: 水の中に、小麦粉、砂糖、しょうが汁の 1/3 を少しずつ加え、弾力が出てなめらかになるまでこねる。生地に覆いをかぶせ 15 分ほ



どねかせる。

- ⑨ 詰め物を作る: 生姜汁 1/3 と、水、角砂糖を合わせ沸騰させる。火から下ろし粗熱が取れたら小さな球状にちぎる。
- ⑩ バインチョーイ (甘い団子) を作る
- ・ボウルに冷水をはる。
 - ・水としょうが汁 1/3 をあわせ沸騰させる。
 - ・寝かせておいた生地を小さくちぎり、丸めたら平たくつぶす。丸くつぶした生地の中真ん中に詰め物に乗せ生地で包む。この団子を沸騰している生姜湯に入れる。
 - ・すべての団子を生姜湯に入れたら再び沸騰させる。団子が表面に浮かんでくるまで待つ (5分~8分)。団子が浮かんできたらすくい網に取りすぐに用意しておいた冷水に放つ。団子同士がくっつかなくなったら団子を冷水から取り出し皿に並べる。



3. おにぎりを作る

- ⑪ オニギリ型に少量の油を塗る。
- ⑫ 1/3 カップ程度のご飯をオニギリ型に入れる。ご飯の上にハスの実ボールを乗せ均等に広げる。さらにバインチョーイを乗せたら、そのまわりにご飯をつめる。別のオニギリ型にご飯を入れる。
- ⑬ 2つのオニギリ型を合わせる。この時、力を入れすぎないことが大切。
- ⑭ おにぎりを皿に盛りつける。



4. 保存方法

このおにぎりのご飯と甘いバインチョーイは冷気にさらすと乾燥し固くなるので、食べる前に火を通して下さい。



| | |
|------------------------|--|
| Team Name | Hello Vietnam (VIE Socialist Republic of Viet Nam) |
| Members | Bui Thi Hau Nguyen Thu Nghia Vu Thu Trang |
| Supporter | Kodamaya Co.,Ltd |
| Name of Onigiri | SWEET24_ONIGIRI (v.01) |

| Ingredients(For 2 Onigiri) | |
|--|---------------------|
| • Japanese short-grain rice: 100g | • Sugar cube: 20g |
| • Water (for rice): 140ml | • Ginger: 4g |
| • Flour: 40g | • Green tea: 1g |
| • Water (for flour): 35g | • Coconut milk: 25g |
| • Salt (for rice): 1g | • Sesame: 1.5g |
| • Ordinary sugar: 20g (½ for flour and ½ for rice) | • Oil: 2g |
| • Grain lotus: 20g | • Onigiri mold |

| Recipe |
|--|
| <p>1.Prepare Steamed Rice</p> <ol style="list-style-type: none"> ① Put the rice in a large bowl and gently wash the rice in a circular motion and discard the water. Repeat this process about 3 times. ② Let the rice soak in warm water for around 15 minutes. Transfer the rice into a sieve and drain completely, for at least 15 minutes. ③ Mix the rice, sugar, water, salt, green tea and coconut milk. Put that mixture into a rice cooker with 110ml of water and cook for about 30 minutes (to be adjusted) ④ Transfer the cooked rice to a large plate or baking tray lined with parchment paper. ⑤ Mix and fluff up the cooked rice with sesame using a rice scooper. <p>2.To prepare Onigiri Fillings</p> <p>2.1. Making grain lotus ball</p> <ol style="list-style-type: none"> ⑥ Crush the lotus grains and make it a mash. Then take a little of lotus grain mash and make it round. <p>2.2. Making “Banh troi nuoc” - floating cake</p> <ol style="list-style-type: none"> ⑦ Preparing ginger water: Mince the ginger and squeeze it to take the ginger juice. ⑧ Preparing the dough: gradually add the flour; sugar; 1/3 ginger juice in water, mixing until the dough turns smooth, elastic and glutinous. Cover and let it rest in 15 minutes. ⑨ Preparing the fillting: Boil the mixture of 1/3 ginger juice, water and sugar cube. Let this mixture cool a little bit and squeeze into small balls. |

⑩ Making floating cake

- Prepare a bowl with cold water.
- Put water and 1/3 ginger juice into a pot and boil the water.
- Pinch a little dough and flatten it out. Place a sugar ball in the middle and roll into a small ball. Then put it directly to the boiled water. Repeat with the rest of the dough.
- Then, bring the water to the boil again. Wait until the balls float to the surface (from 5 to 8 minutes) of the pot and take them out by a slotted ladle. Put them into a bowl of cold water right away so that they do not stick together. Then put the balls on a plate.

3. To make Onigiri

- ⑪ Apply a little bit of oil to the mold.
- ⑫ Scoop out cooked rice (about 1/3 cup) into the mold. Put a ball of grain lotus inside and spread it evenly. Next, put the floating rice inside. Scoop out another cooked rice into the mold.
- ⑬ Press the rice around the filling to gently form the rice into a triangle. Don't squeeze the rice too tight.
- ⑭ Put Onigiri onto the plate.

4. To store:

The cold air makes the rice and the floating rice with sugar dry and hard. Please heat Onigiri before eating.

