

モヤシ豆（緑豆）生菓子 Bánh đậu xanh ướt

材料

モヤシ豆（皮なし）(Đậu xanh không vỏ)	250g
砂糖 (Đường)	130g
油 (Dầu ăn)	25 g
塩 (Muối)	2〜3g
もち米粉 (Bột nếp)	20g
もちとり粉 (Bột nếp chín)	50 g
バニラエッセンス(Vani)	2 滴
ココナッツミルク (Nước cốt dừa)	300g
クッキー型や月餅型など 50g の型 (Khuôn bánh trung thu)	



皮なし 皮あり



作り方

- ① 豆を洗ってから、2時間以上水に浸けておく。
- ② 鍋に①を入れ、①の表面が隠れるぐらいの水を入れて、柔らかくなるまで煮る。
- ③ ココナッツミルク、塩、砂糖、②をミキサーに入れて、トロトロになるまで回す。
(半分ずつ2回に分けて、ミキサーにかけた方がやりやすいと思う)
- ④ フライパンに③を入れて、3〜5分炒める。
- ⑤ もち米粉に水を加えて混ぜる。
- ⑥ ④に油と⑤を入れて、中火から弱火で混ぜながら生地（豆）が硬くなる（水分を飛ばす）まで炒め、バニラエッセンスを入れ、混ぜたら、火を止める。
- ⑦ ⑥が冷めたら、50g ずつ丸くして分けておく。
- ⑧ クッキー型及び月餅型などの型にもちとり粉をまぶす。
- ⑨ ⑧に⑦を入れ、型を押して、綺麗な形になったら中身を取り出して出来上がり。



- ※ 完成した菓子をタッパーなどに入れて、冷蔵庫で保存すれば1週間程食べられます。
- ※ 抹茶粉などを入れるとカラフルな生菓子になる。
- ※ 緑豆の代わりに小豆でも大丈夫。