



和菓子レシピ

いなり寿司(16個分) 大人気 かんたん

ご飯—1.5合 いなりあげ(みすずのいなりさん)—1袋(16個入り)
 合わせ酢—お酢(大さじ2杯) 砂糖(大さじ1.5杯) 食塩(大さじ0.5杯)

- 作り方**
- ① 味付けいなりあげを内袋のままお湯で2~3分温めておきます。
 - ② 炊き上がったご飯に合わせ酢をかけ、ゴマを入れて、扇ぎながら切るように混ぜる。
 - ③ 出来上がった寿司飯を16等分して、いなりあげにつめる。
 - ④ 良く冷ましてから、2つつラップに包む。

おはぎ(約24個分)

もち米—2カップ 水—1.8カップ ゆであずき—500g

- 作り方**
- ① もち米は洗ってざるに上げ、30分置く。
 - ② もち米を通常の米と同量が9割の水で炊き、10分蒸らす。
 - ③ 炊き上がったもち米をすり鉢にあげ、半分くらいつぶしてから俵型に丸める。
 - ④ ゆであずきは鍋にあげ、木べらで練りながら水気をとばし、ねっとりさせる。
 - ⑤ 餅にあずきをまぶす。

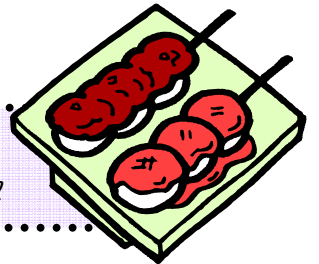
バリエーション

他にもこんなおはぎが出来ます！(もち米の中に丸めたあんこを入れたらもっと Good!)

- もちに、きな粉に砂糖と塩を混ぜたものをまぶす。
- もちにすりつぶした黒ゴマに砂糖と塩を混ぜたものをまぶす。
- 蒸し器で蒸したかぼちゃ(冷凍かぼちゃでOK)を裏ごしし、砂糖と塩を混ぜてかぼちゃあんを作り、もち米にまぶす。彩りがきれいになります！

みたらし団子(約100個分) 大人気 かんたん

(団子) 白玉粉—5カップ(約1袋半) 豆腐(森永パック豆腐ソフト)2個
 (たれ) しょうゆ—80cc 砂糖—130g 水—200cc 水溶き片栗粉—少々



- 作り方**
- ① ボウルに白玉粉と豆腐を入れてこね合わせ、水で調節し耳たぶくらいの硬さにする。
 - ② 沸騰したお湯の中に、直径2.5cmくらいに丸めた生地を入れて茹でる。
 - ③ 団子が浮き上がってからさらに2分茹で、ざるにあげて冷水にさらす。
 - ④ ふきんで水気を取る。
 - ⑤ 鍋にたれの材料を入れ煮立ててから、水溶き片栗粉を入れてとろりとさせる。
 - ⑥ 団子にたれをからめて、カップに入れる。

★串にささず、たれと一緒に全てジフロックなどのビニール袋に入れてください。こちらでカットに
 いれさせて頂きます。
 ★例年、固くて販売できない物があります。丸めるところまでは前日で、当日茹でてください。

わらびもち(10皿分) 1皿7~10個

A: 片栗粉—1カップ 砂糖—1カップ 水—3カップ 塩—ひとつまみ
きな粉—適量

- 作り方** ① **A**の材料を鍋に入れ、中火にかけながら、よく練る。
② 全体が透明になり、泡がブツブツと出てくるまで気長に練り、火からおろす。
③ きなこを敷いたバットに流し込み、上からもきなこをまぶし、手で表面をならす。
④ 10等分に切り、さらにそれを10等分に丸める。

★こちらでお皿に入れますので、わらびもちときな粉は別々にビニール袋に入れてください。

くるみ餅 (30個分)

白玉粉—200g ブラウンシュガー—170g 水—370g
きな粉—適量 くるみ—適量

- 作り方** ① きな粉、くるみ以外の材料を全て混ぜて、電子レンジで4分加熱する。
② 加熱後、一度取り出し、だまがなくなるまでよくかき混ぜる。その後、1分ごとに取り出してかき混ぜ4分間電子レンジで加熱する。(600w)
③ 直後は熱いので、粗熱が取れたら、ピンポン玉大の大きさにちぎる。手につきやすいので、手を水で濡らすか、きな粉をまぶしつつ作業する。
④ きな粉をまぶし、一つずつアルミカップ(6号がよい)に入れ、上にくるみを飾る。

★くるみは炒ると香ばしい。

★前日作るのはOKですが、冷蔵庫に入れなくてください

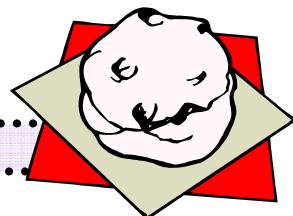
手につきやすいので、使い捨てビニールの手袋を使うのもいいですよ～
やけどしないように注意してくださいね。

大福(直径5~6cm・12~13個分)

大人気

白玉粉-200g 砂糖-100g 水-320~330cc あんこ・片栗粉-適量

- 作り方** ① 白玉粉・砂糖・水を混ぜて耐熱ボウルに入れてラップをする。
② 500Wの電子レンジで約10分加熱する。途中8分位の所で一度取り出し混ぜる。
③ 打ち粉として片栗粉を台に広げ、その上に②をあけて少し冷ます。
④ 一つずつちぎって、一度火を通したあんこを中に入れて片栗粉をつけながら丸める。
⑤ 一つずつラップでつつむ。皮は前日に作ってもやわらかいので作り置きOK
★分量が重要。きっちり計って作ってください。



とら焼き(直径約7cm 15~20個分)

大人気

小麦粉(405タイプ)-300g ベーキングパウダー 大さじ2杯
卵-6個 水-200cc
砂糖-200g 蜂蜜-大さじ3杯
あんこ-400~500g

- 作り方** ① 小麦粉とベーキングパウダーを合わせてふるっておく。
② ボウルに卵・水・砂糖・蜂蜜の順に入れ、①を加えてハンドミキサーでもったりするまで(5分間)よく混ぜ、ふきんをかけて30分ねかせておく。
③ ホットプレートで170℃に熱し、直径7cmくらいの生地を30~40枚焼く。途中で140℃くらいに下げる。
④ 間に一度火を通したあんこをはさみ、冷めてから一つずつサランラップで包む。

バリエーション

生地にホットケーキミックスを使う。(約12個分)ミックス粉200gに対し、卵1個、牛乳大さじ6、砂糖40g(又はつぶあん80g)を入れて、弱火で両面を焼き、あんこをはさむ。自宅で食べるならあんこの中に、4つ切りにしたいちごや、栗を入れてもおいしい!

田舎まんじゅう(約24個分)

薄力粉-180g ベーキングパウダー-小さじ1 水-70cc
砂糖-120g あんこ-500~600g 打ち粉用小麦粉-適量

- 作り方**
- ① ボウルに砂糖を入れ、水を入れて溶かす。
 - ② 薄力粉とベーキングパウダーを合わせてふるいながら①に入れてこねる。
〔こねすぎると硬くなるので、耳たぶの柔らかさにすること。〕
 - ③ 手に薄力粉をつけて、②の生地を等分し、丸めたあんこを包む。
 - ④ 蒸し器にくっつかないように、まんじゅうの下に小さく切ったバックパピアを敷く。
 - ⑤ 蒸気の上がった蒸し器に間を空けて並べ、ふきんをかけてから蓋をして強火で約7分蒸す。蒸しあがったら艶出しのためよく扇いで冷ます。
 - ⑥ 冷めたらバックパピアをはがし、1つずつラップをする。

バリエーション

- 砂糖を黒砂糖 (dark brown sugar) に変えると、温泉まんじゅう風になります！
- あんこはお好みで、こしあんでもOK。むき身のグリーンピース500gを強火で15分茹でてつぶし、上白糖160gを加えて、鍋で弱火で5~6分練るときれいな緑色のあんができます。

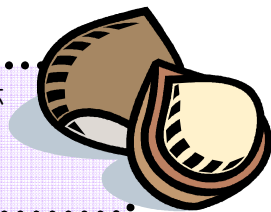
抹茶あずき蒸しパンケーキ

ホットケーキミックス - 200g ゆであずき(缶詰) - 100g
抹茶 - 大さじ1 卵 - 0.5個 牛乳-100cc サラダオイル・薄力粉-少々

- 作り方**
- ① ボウルに溶き卵と牛乳を混ぜ、ミックス粉と少量のお湯で溶いた抹茶を入れる。そこにゆであずきを入れ、しっかりと混ぜる。
 - ② 湯飲みに薄くサラダオイルを塗り、薄力粉をまぶし入れ、余分な粉を落とす。
 - ③ 湯飲みの7分目くらいまで生地を入れ、ゆったりとラップをしてレンジ(500w)で3分加熱する。
(冷めると小さくなるが、一時かなり膨らむので、ラップはゆったりと)
 - ④ 粗熱が取れたら、湯飲みから取り出し、1つずつラップをする。(そのままだと固くなる。)

栗まんじゅう(10個分) realなどで売られている真空パック入りの甘栗でもOK.

栗の甘露煮-8個 砂糖-50g 全卵 - 1個 マーガリン 大さじ1杯
こしあん - 250g(白あんならベスト) ベーキングパウダー - 小さじ3分の1
薄力粉-100g 卵黄-1個 みりん - 大さじ0.5



- 作り方**
- ① ボウルに全卵とマーガリンを入れて混ぜてから、砂糖を加えよく混ぜる。
 - ② ①に小麦とベーキングパウダーをふるって入れ、さっくりと混ぜる。
 - ③ ②を軽くもみ、ぬれぶきんをかけ10分休ませる。その後棒状にまとめ10等分する。
 - ④ 生地を手のひらで伸ばし、あんに細かく切った栗をまぜたものを包み小判型にする。
 - ⑤ 天板に並べ、卵黄にみりんを混ぜたものをつや出しに塗り、180℃で15分焼く。

小倉ケーキ(パウンド型1個分)

かんたん

卵白-5個

A: ゆであずき一缶詰大1缶(250g) 砂糖-100g~150g

蜂蜜-大さじ1.5 サラダ油-100g

B: 薄力粉-180g ベーキングパウダー-小さじ2

- 作り方**
- ① 卵白を角が立つくらい、固く泡立てる
 - ② **A**の材料を順番に入れながら泡立て器で混ぜる。
 - ③ **B**を合わせてふるって入れ混ぜる。
 - ④ 紙をしいた型にたねを入れ中段で150℃で1時間焼く。
 - ⑤ 型から出し、ラップでくるんでさますとしっかりとりする。
- ★ 焼いた翌日がおいしいですよ！

