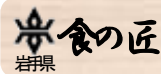


# じゅうねもち



岩泉町

● 田屋礼子

[平成 28 年認定]

じゅうねとはエゴマ(シソ科の1年草)のことであり、食べると 10 年長生きすると言われるほど栄養価が高いことから「じゅうね」と呼ばれています。岩泉町は、山間傾斜地が多く冷涼な気候であるため、雑穀の栽培が盛んで、二年三毛作の作付けが行われていました。中でも、標高 1000 メートルほどの山間部では、急傾斜による土砂の流出でやせ地が多く、やせ地でも栽培可能なじゅうねが生産されていました。

じゅうねもちとはじゅうねとみそ、すましを合わせたものを小麦で作ったもちに塗った菓子であり、農作業が忙しい時期の栄養補給として食べていました。



## 材料▶ 6 個分

### じゅうねみそ

- ・ じゅうね ..... 30g
- ・ 砂糖 ..... 30g
- ・ 赤みそ ..... 20g
- ・ すまし ..... 10ml
- ・ 水 ..... 20ml

### もち

- ・ 小麦粉 ..... 400g
- ・ 塩 ..... 5g
- ・ 熱湯 ..... 400ml

## ●ポイント

- ・ すりつぶしたじゅうねは加熱によって酸化し、風味が変わってしまうため、できるだけ火にかける時間は短くする。
- ・ 自家製のすましは、地みそ 400g に水 800ml を加えて沸かしたものを濾してつくる。
- ・ すましが無い場合は、しょうゆで代替し、じゅうねみそを下記の分量でつくる。

(じゅうね 30g、砂糖 30g、みそ 20g、  
しょうゆ 小さじ 2、水 20ml)

## 作り方

### じゅうねみそ

- 1 じゅうねをフライパンに入れ、強火で乾煎りし、2～3 個跳ね上がり始めたら火を止める。
- 2 1 をすり鉢でよくすりつぶして細かくし、砂糖、地みそを加える。
- 3 2 にすましと水を順に少しずつ加え練り混ぜる。練る固さはもちに塗ったときに、もちからたれない程度に加減する。

### もち

- 1 ボウルに小麦粉、塩を入れ、熱湯を少しずつ加えながら木へらで混ぜる。生地が一つにまとまるまでこね、まとまってきたら少し力を抜き、転がすようにこねる。
- 2 1 を 12 等分し楕円形に丸める。
- 3 2 を 2 個串に刺し、一つ一つを親指の付け根で形つけ、整える。
- 4 大き目の鍋に湯を沸かし、3 を入れ、強火でゆでる。全てのもちが浮き上がってきたら、少し (30 秒～1 分程度) おいた後さらしにあげ、湯気が出なくなるまで乾かす。  
※鍋は火がついた状態のままでお湯からあげる。
- 5 4 にじゅうねみそを塗り、炭焼きもしくはガスで軽く焼き目が付く程度あぶって仕上げる。