

きびだんご

※ 食の匠

大船渡市

● 休石瑤子 [平成11年認定]

たかきび粉を使ってつくるおしるこです。



材料▶4人分

- ・ たかきび粉 200g
- ・ 熱湯 180cc
- ・ 小豆 150g
- ・ ざらめ 150g
- ・ 塩 少々

ポイント

- ・ 軟らかめにこねたほうがふんわりする。
- ・ 手粉をできるだけ少なくする。
- ・ 粉の乾燥状況により熱湯の量は微妙にことなり、手ざわりで判断する。
- ・ ふんわりとしたきびだんごは、粉の種類にもよるので、購入の時、もち系を選ぶと良い。
- ・ たくさんの量をつくった時は、1度ゆであげてお汁粉にいれるとよい。

作り方

- 1** たかきび粉に熱湯を注ぎ、菜箸でボロボロにまぜたあと軟らかにこねる。
- 2** 耳たぶくらいの軟らかさにこねる。このとき、なるべく手粉は使わないようにし、手を水でしめしながらこねる。
- 3** まな板に打ち粉を少々敷いて棒状に伸ばし、20個に等分に切り、だんごに丸める。
- 4** 小豆は粒状に軟らかく煮て、ざらめ、塩少々を入れ、おしるこにする（200gの時は古い電気釜を利用するとよい）。
- 5** おしるこを沸騰させ、丸めただんごを1個ずつ入れ、浮き上がったのできあがり。

豆知識

たかきび粉

たかきび粉は、もち性とうるち性があるが、もち性は弾力のあるおいしいだんごができる。

うるち性の場合、白玉粉か、もち米粉を2、3割加えると弾力が増す。