

## 認定番号 280 佐々木 京子（岩手町）

料理名	麦まんじゅう																		
料理の紹介 (いわれ、特徴)	<p>麦まんじゅうは、岩手町ではお彼岸の時に仏様にお供えしたり、こびるとして食べられる素朴な味のお菓子である。</p> <p>同町では昔は米がとれなかったため、麦が多く作付けされており、小麦粉を使って作ったまんじゅうが一般的であった。麦まんじゅうは中にあんが入っていることから、仏様への一番のお供えであり、お彼岸の親戚回りの際にはお重に入れて各家に持参した。</p> <p>また、こびるの場合は、あんの代わりに山椒味噌等を入れる地域もある。</p>																		
材料と分量 (15 個分)	<p>〔生地〕</p> <table data-bbox="499 757 954 987"> <tr> <td>小麦粉（中力粉）</td> <td>350 g</td> </tr> <tr> <td>片栗粉</td> <td>50 g</td> </tr> <tr> <td>水</td> <td>400 ml</td> </tr> <tr> <td>塩</td> <td>ひとつまみ</td> </tr> <tr> <td>打ち粉（小麦粉）</td> <td>適量</td> </tr> </table> <p>〔あん〕</p> <table data-bbox="499 1093 954 1272"> <tr> <td>小豆</td> <td>200 g</td> </tr> <tr> <td>砂糖（中ザラ糖）</td> <td>130 g</td> </tr> <tr> <td>塩</td> <td>ひとつまみ</td> </tr> <tr> <td>水</td> <td>適量</td> </tr> </table>	小麦粉（中力粉）	350 g	片栗粉	50 g	水	400 ml	塩	ひとつまみ	打ち粉（小麦粉）	適量	小豆	200 g	砂糖（中ザラ糖）	130 g	塩	ひとつまみ	水	適量
小麦粉（中力粉）	350 g																		
片栗粉	50 g																		
水	400 ml																		
塩	ひとつまみ																		
打ち粉（小麦粉）	適量																		
小豆	200 g																		
砂糖（中ザラ糖）	130 g																		
塩	ひとつまみ																		
水	適量																		
作り方	<p><b>【あんの準備】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>① 小豆は一晩水につけておく。鍋に、小豆と小豆の量の約3倍の水を入れ、強火で20～30分煮る。</li> <li>② ①の煮汁を捨て、再度鍋に同量の水を入れ、小豆を強火で50～60分煮る。途中、煮汁が減ってくるので、小豆が煮汁の表面に出ないように20分に1回さし水（分量外約500ml）をする。</li> <li>③ 小豆が柔らかくなり、箸で二つに割れるようになったら、ザルにあけてしっかり煮汁を切り鍋に戻す。砂糖を加えて、へらで練りながら、水気がなくなるまで弱火で煮る。5分ほど煮て全体から泡が立ち始めたらとろ火にし、あんに水気がなくなり、泡が割れた跡ができるようになるまで、さらに15分ほど煮る。</li> <li>④ 塩を入れ、鍋に焦げつかないように練りながら、とろ火で10分ほど煮る。</li> <li>⑤ あんが冷めたら、30gずつ丸める。</li> </ol>																		

<p>作り方</p>	<p><b>【作り方】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. やかんに水と塩を入れ、沸騰させる。</li> <li>2. 大きめのボウルにふるいにかけて小麦粉と片栗粉を入れ、よく混ぜる。</li> <li>3. 2全体に1を少しずつ注ぎながら、箸でかき混ぜて粉と水分をなじませる。</li> <li>4. 手で生地をまとめ、全体がしっとりするまで5分ほどこねる。表面がなめらかになったら棒状にまとめる。</li> <li>5. 50gずつ丸め、真ん中に少しくぼみができるように生地を直径8cm程度の大きさまで伸ばす。生地が手にくっつく場合は、打ち粉を手につけながらのばす。</li> <li>6. くぼみに、丸めておいたあんを包む。包み終わったら丸めて形を整える。</li> <li>7. クッキングシートを敷き、湯気が上がった蒸し器に並べ、強火で10分蒸す。</li> <li>8. 蒸しあがったら水に軽くくぐらせ、網の上で冷ます。</li> </ol>
<p>料理・技術のポイント及び工夫している点</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・水を切った小豆を煮る際は、火力が強いと小豆が固まってしまうので、弱火～とろ火でゆっくり煮込む。</li> <li>・あんに塩を入れてからさらに煮込むことで、あんの色がきれいになる。</li> <li>・生地を手でこねる際は、やさしくこねながら棒状に伸ばすことで、出来上がった時の生地の表面がなめらかになる。</li> <li>・生地は、薄さが均等になるように指で調整しながら伸ばしていく。</li> <li>・あんを生地で包む際は手を器のようにして、生地を回して伸ばしながらあんを押し入れ、口が小さくなるように包む。口が小さくなってからつまんで閉じることで、継ぎ目が小さくきれいに仕上がる。</li> <li>・蒸しあがった後に水にくぐらせることで、まんじゅうに照りがでる。</li> <li>・片栗粉が入ることで、時間を置いても皮が固くなりにくい。</li> <li>・生地を甘くしたい場合、またさらに柔らかく仕上げたい場合は、生地に砂糖（三温糖または上白糖）10gを加えても良い。</li> </ul>