

【 認定番号 291 盛岡市 佐久間 敏子 】

料理名	白ぶかし
料理の紹介 (いわれ、特徴)	<p>もち米に小豆やいんげん豆を入れて作る赤飯は、農作業の節目や季節の行事、冠婚葬祭などで人が集まる際の定番のおふかし・おこわとして親しまれてきた。</p> <p>盛岡近隣では、お通夜(親戚、知人、隣近所の方々が弔問する)、火葬<sup>たいや</sup>、お速夜、葬式の順で葬儀が行われる。</p> <p>白ぶかしは仏事のときに作るおふかしである。お通夜、お速夜に集まった方々にお夜食を振る舞う時の主食として使われてきた。焼香だけで帰る方には、折箱におふかしを詰め、煮しめを添えて持ち帰ってもらっていた。</p> <p>白ぶかしは仏事用の料理のため、白いんげん豆を使い、もち米には色や味を付けない。料理全体の味が薄いので、大根や生姜などの味噌漬けを添えることが多く、ゴマ塩を振ることもある。</p>
材料と分量 (5人分)	<p>・もち米 3合</p> <p>・乾燥白いんげん豆 50g</p> <p>A 煮豆用 { ・水 350ml ・砂糖 大さじ1</p> <p>B しと水用 { ・水 200ml ・酒 大さじ2</p> <p>・薄切り味噌漬け(大根や生姜など) 適宜</p>
作り方	<p><b>【事前準備】</b></p> <p>① 白いんげん豆は洗って鍋に移し、豆の分量の5倍程度の水(豆がかぶるくらいの量)を加えて5～6時間つける。</p> <p>② ①の白いんげん豆をつけ汁ごと火にかけ、煮立ったら弱火にして2～3分茹でて、汁を捨てる。新たにAの煮豆用の水を加えて再び火にかけ、沸騰したら、Aの砂糖を加え弱火で15分間煮る。火を止め、鍋のまま冷まして一晩(5～6時間)煮汁につける。</p> <p>③ もち米は洗って、かぶるくらいの水に浸し一晩(5～6時間)おく。</p> <p><b>【作り方】</b></p> <p>1 ③のもち米をザルに上げて水を切る。その間に、蒸し器の鍋に水を入れて湯を沸かす。</p> <p>2 ②の白いんげん豆をザルにあけ、水気を切る。</p> <p>3 蒸し器に蒸気があがったら、蒸し段に蒸し布を敷き、もち米と白いんげん豆を軽くまぜたものを広げて蒸し布で覆い、蓋をして強火で20分間蒸す。</p> <p>4 小鍋にBを入れて火にかけ、煮立たせない程度に温めておく。</p> <p>5 3のもち米を大きめのボウルにあけ、4のしと水を2回に分けて加えながら、水分が均一に行きわたるように全体をよく混ぜる。</p> <p>6 5を蒸し器に戻し入れ、蓋をして中火で10分ほど蒸す。</p> <p>7 器に盛り、2～3mmに薄切りした味噌漬けを添える。</p>

料理・技術のポイント及び工夫している点	<ul style="list-style-type: none"><li>・ 白いんげん豆は、盛り付けのときに豆がこわれないように硬めに煮て、味を付けてからもち米と一緒に蒸すと形が崩れにくい。</li><li>・ 仏事用でもち米には味を付けない料理のため、煮豆用に使った煮汁は使わない。</li><li>・ しと水に酒を少量加えることで、もち米や豆に艶が出て、ふんわりと仕上げることができる。</li><li>・ 白いんげん豆がないときは、小豆や金時豆を代用するが、しと水には豆の煮汁を使わずに水と酒だけで、おふかしに色を付けないようにする。</li></ul>
---------------------	--