



ま-寄んぱはい!!

あんのあれが

うめ!!

ししぴ

「しゃって作り方を載せてん、みんな方がよう知っちゃうき、てがて〜!!」とおっしゃる御三方にご理解をいただきレシピの方を作成しました。




※「あんのあれがうめレシピ」は、みほちゃん、和子さん、サヨちゃんの作り方&材料を掲載しております。ぜひ、作ってみてください。

# サヨちゃんの梅干し

梅干しづくりにチャレンジ!!

下漬け用 (梅 1kg 塩 100g)

シソ漬け用 (ちりめんシソ 150g ~ 200g 塩 15g ~ 20g)

- 梅は傷のないものをよく洗って、梅がかぶるくらいの水に一晩浸ける。
- 朝、ザルに打ち上げて水気のあるうちに塩をよくまぶす。
- 塩をまぶいた梅を桶などに入れ、落とし蓋をして梅の重さの倍くらいの重石をのせ、土用干しまで冷暗所で保管する。
- シソは切らず水で洗い水気をよく切り、シソの葉を1枚1枚すいて塩を3リヤく揉む。その葉をよくしぼると黒ずんだ汁が出るのでその汁は捨てる。残ったシソの葉にa~cで上がった汁(白梅酢)を加えよく揉む。(手が染まるほど、かき入れてよく揉む)すると、鮮紅色のキレイな色になる。
- シソをあみの袋に入れ、梅の上に置く。  
(土用干しのため、シソを取り出すのに便利です。)
- エビラに米のかんぶくろ(紙袋)をひらいて敷き三日三晩梅を干す。
- 1日2回くらい、梅をころかす。
- 土用干しが終わったら、梅とシソを交互に浸ける。
- 「今年もよくできますように」と祈る。  
2ヶ月もすると、味が馴染んで美味しく出来ます。
- 土用干しって? 梅雨が明け土用に入った7月20日前後の晴天の続く30間が土用干しのタイミング。雨にぬらさないように!!

# 和子さんの ゆもち

出来たこの  
ゆもち  
召し上がれ~

- 薄力粉 ... 1kg
- 水 ... 500~600cc
- さとう ... 100g
- 塩 ... 大さじ1弱
- あんこ ... 甘こ控えめ
- クッキングシート



a. 薄力粉と砂糖・塩を加えたものに水を加えてツヤが出るまでよくこねる。

b. 生地を48g・あんこ28gを丸めて用意しておく。

c. 生地であんこを包み、丸い形に整えておく。  
(このとき、開け口は、しっかりとめておく)

d. たっぷりの湯を鍋に沸かして用意しておく。

e. クッキングシートに、まんじゅうをひた置き、8割のクッキングシートを、まんじゅうの上に置く。

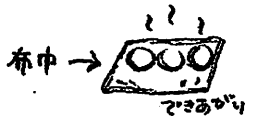
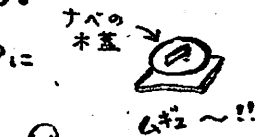
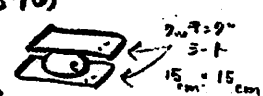
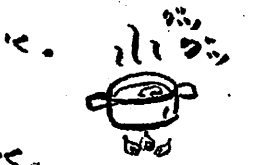
f. 平たい物でまんじゅうを押し、たいらにする。

g. クッキングシートをはがし、沸騰した湯の中にまんじゅうを入れて茹でる。

(この時、湯をかき混ぜるとくっつかない)

h. まんじゅうが浮き上がったたら火を止め、余熱で加熱する。

i. 固く絞った布巾の上に広げる。



# みほちゃんのおはぎ

上品な甘さの  
おはぎは  
しゃか~

- あんこ (小豆 砂糖(きざら) 塩) 5合 800g 適量

- もち米 (もち米 白米 水) 5合5尺 1合5尺 8½~9カップ (1合カップを4杯用)

<こあん作り方>

a. 小豆はよく洗って鍋に入れ、豆のかさの4~5倍の水を加え中火にかける。

b. 小豆がやわらかく煮えたら、大き目のボウルの中にザルを入れ、そこに小豆と煮汁を入れる。  
(煮汁が少ない時は、水を小豆が少し浸かるくらいまで加える。)

c. ザルの中の小豆をしっかり手でもみつぶす。

d. ボウルの中のこいた小豆を布袋の中に入れ、軽く絞る。

e. 布袋の中の絞った小豆を鍋に入れ、そこに砂糖と塩を3回くらいに分けて加え、味を整える。

f. 弱火にして、こげつかないよう、木べらでよく混ぜる。

g. 木べらからあんこが落ちない状態になったら火を上げる。

a. もち米と白米を合わせて炊く。

b. 炊き上がったもち米は、すしおけに余す。  
(冷めるのが早くぬめやすい)

c. あんこを少量、手につけてもち米をぬめる。

(こうすると、しらべが手につかなくて、水でぬめやすい傷みにくい)

d. ぬめたもち米に、あんこをこまめに混ぜていく。

e. 出来上がったおはぎは、すしおけの蓋の上にならべると予分は水分がとんでべちゃつかない。

