

家庭科 Let's Try

おだんご(みたらし、きなこ)

お花見だんご、お月見だんご、花よりだんご・・・

とにかく【おだんご】をつくってみよう。

<ポイント>



材料の上新粉はうるち米(普段のごはん)、白玉粉はもち米からできています。出来上がりは、上新粉はサクサクした歯ごたえで” 柏餅” など。白玉粉はモチモチでなめらか、冷たい白玉デザートなど。今回は、その両方のおいしさを味わう半量ずつ混ぜたレシピをご紹介します。

作り方は白玉だんごの時と同じ。 お花見に、冷たいデザートに、お月見に” おだんご” を手作りしてみてください。

<材料> 15 個分 (十五夜にちなんで 15 個)

上新粉 50g、白玉粉 50g、水 100cc～

=みたらしあん=

- ・しょうゆ 大さじ 1
- ・砂糖 大さじ 1
- ・水大さじ 2
- ・片栗粉 小さじ 1/4
- その他、きなこ+砂糖



<作り方>

① 上新粉、白玉粉、水をボールに入れ、へらで混ぜ合わせる。耳たぶぐらいの固さになるように、手でよくこねる。



② 全体がまとまったら、2cmほどの棒状にして切る。



③ 15個に切り分け、丸めていく。(白玉デザートでは中央をへこませますが、お月見だんごは積み上げるためまん丸で)



④ 鍋に湯を沸かし、だんごをゆでる。浮き上がってきてからさらに 2 分加熱。水気を切って皿に盛る。



⑤ みたらしあんの材料を小鍋に入れよく混ぜ合わせてから火にかける。焦がさないように混ぜながら、沸騰し、とろみがついたら出来上がり。



=みたらしあん(砂糖醤油あん)=
京都の下鴨神社の御手洗祭で売られていただんごが発祥とのこと。近くに御手洗川(みたらしがわ)があり語源と言われている。その他、きなこには好みの量の砂糖を加えてどうぞ(^_^)

