



ふるさとの味を知る おかざきの「食」再・発・見

いがまんじゅう ~おうちで手づくりレシピ~

あんを米粉で包み、赤・緑・黄に染色した餅米を表面につけた「いがまんじゅう」。この地方ではひなまつりのお菓子の定番ですが、実はこの習慣は三河地方独特のものです。



ざいりょう 材料 (12個分)

A	もちごめ 餅米	20 g
	しよくべに 食紅 (赤・黄・緑)	少々
B	こしあん	200 g
	みず 水	小さじ 2
	じょうしんこ 上新粉	200 g
	みず 水	300ml
	さとう 砂糖	50 g



(下準備)

A (もち米)

- 餅米を洗ってザルにあげる。たっぷりの水に食紅を溶いて色水を作り、餅米を浸す。30分後箸でかき混ぜ、一晩つけておく。
- それぞれラップして、電子レンジ (600W) で30~40秒加熱する。

B (あん)

- こしあんに水を混ぜ入れて火にかけ、水分を飛ばすように練り12個に分けて丸める。

(作り方)

- 鍋に水を沸かし、砂糖を加える。
- ボウルに上新粉を入れ、熱々の①を一気に加え、耳たぶくらいのかたさにこねる。
- 蒸気の上がった蒸し器に②をピンポン玉くらいの大きさにちぎって並べ、強火で15分蒸す。
- ③をボウルに入れ、すりこぎでなめらかになるまでついた後、水でぬらしかたくしぼり、さらし布に包み、4方向隅をかぶせながら20回こねる。
- ④を12等分に丸める
- 手に水をつけながら、丸めた生地を広げてあんを包み、形を整える。
- 着色した餅米をのせ、3~5分蒸す。

