

## 5月の献立：柏餅



5月5日は「端午の節句」と呼ばれ、男の子の健やかな成長を祈願する日です。現在では「子供の日」として祝日になっています。「五月人形」と呼ばれる鎧や兜を室内に飾り、鯉のぼりを庭先に飾るのが現在の典型的な祝い方です。五月人形には事故や病気から子供を守ってくれるようにと願いを込め、鯉のぼりには急流をさかのぼる鯉のようにどんな環境にも耐え立派に成長するようにと願いが込められています。祝いの食事は特に決まりはありませんが、「ちまき（甘い餅を笹の葉に包み蒸した和菓子）」「柏餅（あんこ入りの餅を柏などの葉っぱに包んだ和菓子）」を食べるのが一般的です。今回は「柏餅」をご紹介します。

### ●材料 5個

「餅」

上新粉 80g

白玉粉 45g

砂糖 13g

熱湯 130ml

葉っぱ（柏など） 5枚

※今回は笹の葉で代用しています。

「あんこ」

粒あん 小豆100g, 砂糖100g, 塩小さじ1/4

こしあん 小豆100g, 砂糖80g, 醤油（薄口）小さじ1/4

### ●作り方

「あんこ」

鍋に小豆とたっぷりの水を入れ強火にかける。沸いたら茹で汁を捨てる。もう一度たっぷりの水を鍋に入れ再び強火にかける。沸いたら中火にして1時間ほど茹でる。※水分が少なく

なってきたら水を足す。指で簡単に潰れるくらい柔らかくなるまで茹でる。

→つぶあん

茹で汁を捨て、砂糖を加えて加熱しながらゆっくり混ぜ続ける。ヘラであんこを掬ってすぐに落ちない程度まで水分が飛んだら塩を加え混ぜる。

→こしあん

小豆をザルにあげ、別に用意した水の中で裏漉しする。サラシなど目の細かい清潔な布巾でさらに漉す。布巾を絞って中身（生餡）を取り出す。鍋に生餡と砂糖を加え中火にかけて練る。ツノが立つまで練ったら火を止めて薄口醤油を入れ混ぜる。

※あんこは冷凍可能です。

「餅」

ボールに上新粉と白玉粉を入れ混ぜる。熱湯を3回に分けて入れる。その都度ヘラで混ぜる。まとまったら手でよく捏ねる。棒状にして5等分にし、丸形の平らにする。15分蒸す。蒸しあがったらボールに移し砂糖を加えて生地を潰しながら混ぜ合わせる。ある程度まとまったら手でこねる。氷水でサッと冷やしさらに少しこねる。

- 1、あんこ(1個30g)を5つ丸める。
- 2、餅を5等分に丸め、長方形の平らに麺棒などで伸ばす。
- 3、あんこを中央にのせ生地で包む。
- 4、笹の葉を適当な大きさに切り、餅を挟んで完成。

※こしあんとつぶあんお好みのあんこでお試してください。

※餅を触る時手を少し濡らすと扱いやすいです。

※麺棒をラップで包むとくっつかずに伸ばすことができます。

※葉っぱは食べられません。

※翌日や時間が経って固くなった場合は再び10分蒸すと柔らかくなります。

(料理：丹羽美紀子ハンブルク総領事公邸料理人)