

おはぎ

○ 伝承料理のいわれ

お盆やお彼岸には必ず作られてきた伝統料理です。家によって、小豆あんの甘さや、ご飯の配合は異なりますが、もち米とうるち米を混ぜて簡単に炊飯器で炊く方法を紹介します。

< 材料 >

(ご飯)

もち米	2と1/2合
うるち米	1/2合
水	2と1/2合

(小豆あん)

小豆	300g
砂糖	250g
塩	小さじ1杯

< 作り方 >

- 1 小豆を水で洗ってザルにあげる。
鍋に水を入れ沸騰させて、そこに小豆を入れて3回煮こぼす。沸騰したらすぐにザルにあげ、水から小豆を入れて沸騰させる) ※小豆のあく抜きにもなる。
その後、三倍の水、小さい火でここと小豆が柔らかくなるまで煮る。
 - 2 小豆が手でつぶせるくらい柔らかくなったところで、砂糖と塩を入れ、煮つめる。
 - 3 火を止めて、小豆を潰す(手で押し潰す道具がありますが、スリコギやしゃもじでも良い)そして、冷めるまでそのまま置いておくとあんができる。
(ここで旨みがぎゅっといきわたる)。あんを25等分しておく。
※一晩おいてから、小さじ1杯の砂糖を入れてかき混ぜて温めると味が深まる。
冷たいあんを温かいご飯に使わない。(夏場には匂いや酸味がでることがある)
 - 4 中に入れるもち米は、もち米に対してうるち米が20%の割合。普通の炊飯器で水加減は少なめにし炊きあげる。3合炊いて、おはぎが約25個できる。
 - 5 温かいうちに摺りこぎでつぶし、冷まして25等分しておく。(お好みのつぶし具合でどうぞ)
 - 6 あんとつぶした米をおはぎの形にする。
さらしの上にあんこを置き、しゃもじでのばす。その上にまるめたもち米を置きあんで包む。
- ※ 昔はさらしを水で濡らしてその上でつくっていましたが。今はラップフィルムがありますので、それで代用してもいいです。

