

赤 飯

○ 伝承料理のいわれ

結婚式や誕生日等のお祝いに重箱に詰めて引き出物としました。お祝いに使うので、豆はくずれないように、皮のしっかりした「ささげ」を使います。

また、赤飯の上の せる南天の葉は「難をのがれる」という意味もあります。赤飯を作った時は、お祝いを分け合うために、隣近所にも配ります。

< 材 料 >

もち米	1 k g
ささげ	80~100 g
ごま塩	少々

< 作り方 >

- 1 ささげをよく洗い、たっぷりの水で時々さし水をし、ささげの皮が切れないように中火で煮る。
- 2 ささげと煮汁を別々にしておく。
- 3 もち米は洗ってザルにあげ、冷めたささげの煮汁と混ぜ合わせ、一晩おいて、ささげの色をしみ込ませる。
- 4 もち米の水を切り、ささげを混ぜる。
- 5 蒸し器にふきんを広げ4を入れ、中央にくぼみを大きくあけ、強火で30分位蒸し、米が手で押せる位になったら、さし水をし更に10~20分蒸す。（柔らかいものを好む時は、さし水を多くすると良い）
- 6 ごま塩をふりかけて食べる。

