

そばまんじゅう

由来 秩父では昔からそばの栽培が盛んで、手打ちそばだけでなく、まんじゅうにして近所の人にはふるまう習慣がありました。

材料 (20個分)

皮	小麦粉	470g
	そば粉	30g
	ベーキングパウダー	30g
あん	砂糖	165g
	卵	1/2個
	牛乳	50mL
	水	卵、牛乳と合わせて、300mLにする
あん	小豆	400g
	砂糖	300g
	塩	1g

作り方

(皮の作り方)

- ① 小麦粉、そば粉、BPはよくふるっておきます。
- ② 卵、牛乳、水をよく混ぜ、砂糖を加えてさらによく混ぜます。
- ③ ①に②を入れてしゃもじで混ぜてこね、ラップに包んで15分おきます。

(あんの作り方)

- ① 小豆を洗って鍋に入れて火にかけ、沸騰したら湯を捨て、また水を加えてやわらかくなるまで煮ます。やわらかくなったら、砂糖と塩で味を整えあんに仕上げます。

(仕上げ)

- ① あんは35gずつに丸めておきます。
- ② 生地は45gにちぎり、あんを入れて形を整え、湯気の上だった蒸し器で15分蒸します。

