

伝えて
いきたい!

滋賀の伝統料理

第8回 仰木の納豆餅

おおぎ 仰木の「納豆餅」

比叡山東北の傾斜地にある大津市の仰木地域は、美しい棚田が有名な山里です。昔から棚田の畔(あぜ)に大豆を植え、味噌や醤油、納豆を作ってきました。毎年12月頃に「すのう」という一年の収穫を感謝する神事の時に塩で味付けをした納豆をつき立ての大きなお餅で包み、きなこをまぶした「納豆餅」を食べる風習があります。今回は手軽な丸餅を使ったお子様にも食べやすいレシピをご紹介します。

滋賀県産
大豆使用



910 冷蔵 次回12月1回

京都生協

ふる里納豆

50g×3

原料:遺伝子組換えでない

中粒の滋賀県産大豆を使用。たれはついていません。

(100kcal/1個(50g))

賞味期間:14日

1点 本体 120 円 (税込 130円)	2点以上で 1点あたり 本体 100 円 (税込 108円)
------------------------------------	--

作って
みて!

きなこ餅で納豆を包んだ、ほんのり甘くて少ししょっぱい納豆餅

《材料》

(2人分)

897 近江羽二重こもち (丸餅) …… 6個
 塩 …… 小さじ1/2
 きなこ …… 大さじ2

910 ふる里納豆 …… 50~80g
 砂糖 …… 大さじ1

《作り方》

- 1 きなこと砂糖を混ぜる。納豆は塩で味付ける。(納豆は粗みじんにたたいておいてもよい) 砂糖と塩の量はお好みで加減する。
- 2 鍋に餅を入れ、かぶる位の水を加えて火にかける。湯が沸騰してきたら中火にしてゆでる。餅を箸で持ち上げて柔らかくなったのを確認し、クッキングシート(またはラップ)の上に取り出す。(ゆですぎると溶けてしまうので注意)
- 3 冷水で手を冷やしながらか餅を直径10cm位に伸ばす。中央に納豆をおいて折りたたみ、端をくっつけて①のきなこ砂糖をまぶす。

