

試してみよう!

滋賀の伝統食材

第31回 くるみゆべし

「ゆべし」は源平の時代から、お菓子というよりも保存食や携帯食として活用されていたといわれています。時代とともに現在のような甘くておいしい和菓子や珍味に変化してきました。

シーズンは新登場

チャックシール付袋
包材裏面にレンジで作る大福レシピ付
水と砂糖を加えて使います

973 囃司穀粉

滋賀県産羽二重餅粉

300g ★

滋賀県産羽二重餅米を使用した餅粉です。大福づくりの材料にどうぞ。
賞味期間:6カ月



作ってみよう!

電子レンジで簡単に作れる「くるみゆべし」。滋賀県産の餅粉を使ってもっちり、甘さ控えめの上品な味に仕上げます。

《材料》

(2~3人分)

973 滋賀県産羽二重餅粉 …… 100g
くるみ …… 50g
片栗粉 …… 適量

A 砂糖 …… 140g
醤油 …… 大さじ1+1/2
水 …… 150ml

《作り方》

- ① フライパンを弱火にかけ、くるみを軽く炒って粗みじんに切る。餅粉は大きめの耐熱ボウルに入れ、片栗粉はバットに広げておく。
- ② 小鍋にAを入れて焦げないようにかき混ぜながら砂糖が溶けて軽く沸騰するまで煮る。
- ③ ①のボウルに②を3~4回に分けて加え、そのつどよく混ぜる。とろとろの状態になったら(少しだまが残っていてもよい)

ラップをかけて電子レンジで30~40秒加熱し、取り出してよく混ぜる。5~8回位、ねばりと透明感がでるまで繰り返す(ボウルの大きさや電子レンジの出力によって加減する)。

- ④ ③にくるみを混ぜてもう1度レンジで加熱し、①のバットに流し込む。表面を平らにならし、冷蔵庫で冷やす。冷めた



ら食べやすい大きさに切り分け、片栗粉を全体にまぶしてでき上がり。

本体 400円
(税込 432円)