

7月30日(土) 放送

向田邦子の水ようかん

小豆漉し餡のレシピつき！

監修 仲 實 辻製菓専門学校



向田邦子のエッセーに記された水羊羹の命
「切り口と角の鋭さ」「薄墨色の美」「生温い懐かしさ」…
などを読み解き、大切に反映させた向田好みの水羊羹のレシピ。絶品。

材料 ~ 流し缶 1 枚分 (12×15×4cm) ~

糸寒天	4g
水	600ml
三温糖	80g
小豆漉し餡	380g
葛粉	5g
水	50ml
和三盆糖	30g

※小豆漉し餡の作り方は、本レシピ後半に掲載しております。

作り方

Prepare 準備

■糸寒天をたっぷりの水に約 6 時間つけて戻す。

Step 1 ステップ 1

鍋に 600ml の水と水気をきった寒天を入れ、
沸騰させて寒天を完全に煮溶かす。



作り方

Step 2 ステップ 2

寒天が完全に溶けたら三温糖を加え、再度沸騰させる。砂糖が溶けたら、晒して漉して、不純物を取り除く。



Step 3 ステップ 3

小豆澁し餡を加え、木杓子で混ぜながら沸騰させる。(液体の重さが 950g になるまで煮詰める。)



Step 4 ステップ 4

火を止めて 50ml の水で溶いた葛粉を加え、再度加熱沸騰させる。



Step 5 ステップ 5

火を止めて鍋をおろし、和三盆をふるいで漉して加えて木杓子で混ぜる。



Step 6 ステップ 6

鍋を冷水にあて、ゆっくりと混ぜながら少しトロミができるまで冷ます。少し熱めのお風呂の温度程度



Step 7 ステップ 7

目の細かいざるに通してダマを取り除く。



Step 8 ステップ 8

用意しておいた容器(流し缶)に流し常温でかためる。



Step 9 ステップ 9

まな板に取り出し包丁で切り、仕上げる。



小豆漉し餡

※以下は、水ようかんの流し缶2缶分弱にあたる分量ですが、1缶分の量にすると、小豆が少なすぎて、美味しく炊けません。
美味しい餡が炊ける最小量が以下の分量となります。

※漉し餡、練り餡は和菓子屋さんなどで購入することもできます。

材料 ～ できあがり餡 約650g分 ～

小豆	250g
グラニュー糖	250g

作り方

1. 美しい小豆のゆで方 ～豆の皮を破るな!～

ステップ1 選別した小豆を水洗いし、
たっぷりの水とともに鍋に入れて強火にかけ、
沸騰させる。



ステップ2 豆が浮いてきて、引き上げてみると皮にしわがよる。



ステップ3 差し水（びっくり水）をし、沸騰を抑えるとともに温度を約50℃以下に下げる。

ステップ4 再度沸騰させ、皮のしわがのびて豆が乾燥時の2～2.5倍に十分に膨らんでいるのを確認する。豆の皮が破れる前に火を止めて、ゆですぎないこと。ちょうど良いゆで具合のタイミングはゆで汁の色でみきわめる。透明な美しいワイン色になればOK。

ステップ5 ザルにあけ、ゆで汁を捨てる。（洗きり）



ステップ6 水をかけて表面の渋を洗い流す。
豆の皮を破らないようにやさしく扱うこと。



ステップ7 鍋に6の小豆とたっぷりの水を入れ、火にかける。



ステップ8 沸騰するまでは強火、沸騰したら弱火にしてコトコトと豆がゆるやかに踊る程度の火加減でゆでる。ゆで汁が少なくなったら水を加え、常に豆がゆで汁の中にある状態でゆでる。



ステップ9 指で簡単につぶれるくらいやわらかくなれば、ゆであがり。

作り方

2. 口当たりのよい赤生餡へ

ステップ 10 ボウルの上にザルをおき、ゆであがった小豆をザルにあける。上から水をかけながら玉杓子の背などで豆の粒を潰してゆく。



ステップ 11 手で触れられる温度まで冷めれば、水をかけながら手で豆を潰して漉す。

ステップ 12 ザルに残った豆の皮は取り除く。

ステップ 13 下のボウルにたまった呉（豆の成分）の汁を、馬毛の裏漉し器に通す。



ステップ 14 13の裏漉し器の上から適量の水を加え、手で混ぜながら漉し、細かい皮を取り除く。

ステップ 15 漉した呉の入ったボウルをしばらく置き、呉が沈んだら、呉を捨てないように濁った上水を捨てる。



ステップ 16 呉がのこった15のボウルに再びたっぷりの水をそそぐ。

ステップ 17 ボウルの中を全体をよく混ぜる。

ステップ 18 再びしばらく置き、上水を捨てる。上水が半透明になるまで、水を注いで上水を捨てる作業を繰り返す（およそ2回）。

ステップ 19 上水を捨て、晒しに受けて水気をきる。

ステップ 20 水分がなくなるまで、しっかり絞る。



ステップ 21 赤生餡の出来上がり。



作り方

3. いよいよ練り餡に！ ～なにがなんでも熱さはガマン～

ステップ 22 鍋にグラニュー糖、水適量（約 400ml）を入れて強火に掛ける。沸騰させてグラニュー糖を煮溶かす。

ステップ 23 21の赤生餡を半量強加え、混ぜ合わせる。
木杓子で混ぜながら強火で沸騰させる。
全体が沸騰したら残りの赤生餡を加えて炊く。



ステップ 24 木杓子で絶えず全体をかき混ぜながら、強火で焦がさないように炊き上げる。
熱くても火を弱めないこと。
弱火だと水気がでて、水っぽい餡になってしまう。



ステップ 25 餡をすくって落とし山のようにこんもりした状態になるくらいのかたまりで炊き上げる。（並餡）



ステップ 26 火を止め、餡を鍋肌にはりつけて、余分な水分を飛ばすとともに、鍋肌にこびりついて乾燥した餡に水分を与え、かたまりが出来ないようにする。



ステップ 27 少ししたら、平らな容器（バットなど）に小分けにして取り出す。



ステップ 28 ぬらして固く絞ったさらしを掛けて冷ます。練り餡の完成。

ステップ 29 荒熱がとれたら、小分けにしたのを一固まりにまとめ、ラップをかけて冷蔵庫で保管する（できれば一晩ねかせる）。