

～端午の節句のかしわ餅～より

かしわ餅

レシピ監修 辻製菓専門学校 金澤 賢吾 先生



かしわの葉っぱを巻いてから蒸し上げる作り方で、葉の風味が口いっぱいに広がります。
モチモチ、甘さ控えめのあん…。故郷を思い出すようなホッとするかしわ餅をご賞味あれ！

材料 ～ 16個分 (小豆こしあん、白みそあん それぞれ8個分) ～

<かしわ餅の生地>

上新粉	300g	
もち粉	30g	
ぬるま湯	330g	42℃程度。水でも可

<小豆こしあん>

赤生あん	200g	小豆(乾燥)100g分
グラニュー糖	130g	上白糖でも可
水	適量	

<みそあん>

白生あん	200g	白いんげん豆(乾燥)100g分
グラニュー糖	150g	上白糖でも可
水	適量	
白みそ	45g	

かしわの葉	16枚	塩漬け。乾燥でも可
-------	-----	-----------

作り方

かしわの葉を水で洗う

Step 1 ステップ 1

かしわの葉の塩漬けを、軸を持ってふり洗いして塩分を洗い流す。

Step 2 ステップ 2

かしわの葉を、広げた紙タオルの片側にのせて、もう片側の紙タオルで押さえて、水けをとる。



小豆こしあんを作る

Step 1 ステップ 1

「赤生あん」を作る。
※赤生あん…小豆をゆでてこし、砂糖を加える前の状態のもの
※後のレシピ参照



Step 2 ステップ 2

鍋にグラニュー糖と水(ひたひたになるくらい)を入れて沸騰させる。



Step 3 ステップ 3

グラニュー糖が溶ければ、赤生あんを加え、木じゃくし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く。



Step 4 ステップ 4

あんを木じゃくしですくって、横にしても落ちないくらい少しかために炊く。
※生地で包みやすくするのと、あとで蒸すので柔らかくなるのを計算して、ここでは少しかために炊く。



Step 5 ステップ 5

小分けにして冷まし、冷めたら15gずつに分割する。

みそあんを作る

Step 1

ステップ 1

「白生あん」を作る。

※白生あん…白いんげん豆をゆでてこし、砂糖を加える前の状態のもの

※後のレシピ参照



Step 2

ステップ 2

鍋にグラニュー糖と水(ひたひたになるくらい)を入れて沸騰させる。



Step 3

ステップ 3

白生あんを加え、木じゃくし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く。



Step 4

ステップ 4

あんを木じゃくしですくって、横にしても落ちないくらい少しかために炊く。白みそを加える。みそが入ると少し柔らかくなるので、加える前の状態になるまで炊く。



Step 5

ステップ 5

小分けにして冷まし、冷めたら15gずつに分割する。

かしわ餅の生地を作る

Step 1
ステップ 1

上新粉ともち粉をボウルに合わせ、泡立て器で混ぜる。



Step 2
ステップ 2

分量のぬるま湯を一度に加え、なめらかになるまでしっかり混ぜる。



Step 3
ステップ 3

蒸し器に、ぬらしてかたく絞ったさらしを敷き、**ステップ 2**の生地を流し入れ、30分蒸す。



Step 4
ステップ 4

生地を蒸し器から出し、ひとまとめにして氷水につけ、完全に熱を取る。



Step 5
ステップ 5

生地を氷水から出し、引っ張ると少しのびるような状態になるまでこねる。



Step 6
ステップ 6

生地を35gずつに分割する。

仕上げる

Step 1
ステップ 1

分割した生地を俵形に整える。



Step 2 ステップ 2

生地を手の平で押さえて、手前2/3を薄く、向こう側1/3が厚くなるようにのばす。あん玉をのせる。



Step 3 ステップ 3

指で生地の手前部分を引っかけるようにして半分に折りたたむ。



Step 4 ステップ 4

手の平の側面を使い、生地の合わせ目をしっかり押さえて閉じる。
※こしあんもみそあんも同様に包む。



Step 5 ステップ 5

蒸し器に、ぬらしてかたく絞ったさらしを敷き、かしの葉で巻いて5分蒸す。



Step 6 ステップ 6

冷めたら出来上がり。



食べごろと保存方法

- ・餅生地は時間が経つと固くなるので、食べごろは当日中がお勧めです。
 - ・かしの葉のやさしい香りをお楽しみください。また、表面が乾燥するとかたくなるので、食べるまでは、密閉容器に入れておいてください。
 - ・中あんを区別するには、かしの葉で巻く時、葉の表を外側にして巻いたのは小豆こしあん、葉の裏を外側にして巻いたのはみそあんなどと覚えておくといいです。
- さあ、召し上がれ！

グレーテルのかまど 番組特製レシピ

～端午の節句のかしわ餅～より

<参考レシピ> 赤生あん

レシピ監修 辻製菓専門学校 金澤 賢吾 先生



材料 ～ できあがり 約 200g分 ～

小豆（乾燥） 100g

作り方

美しい小豆のゆで方 ～豆の皮を破るな!～

Step 1 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。



Step 2 ステップ 2

豆が浮いてきて、ひき上げてみると皮にしわがよるような状態になったら、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。



Step 3 ステップ 3

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。

Step 4 ステップ 4

ザルにあけ、ゆで汁を捨てる。（洗きり）



Step 5
ステップ 5

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。



Step 6
ステップ 6

鍋に**ステップ 5**の小豆とたっぷりの水を入れ、火にかける。



Step 7
ステップ 7

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躍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。



Step 8
ステップ 8

指で簡単につぶれるくらいやわらかくなれば、ゆで上がり。

口当たりのよい赤生あんへ

Step 1
ステップ 1

ボウルの上にザルをおき、ゆで上がった小豆をザルにあける。
上から水をかけながら玉じゃくしの背などで豆の粒を潰す。



Step 2
ステップ 2

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こす。
ザルに残った豆の皮は取り除く。

Step 3
ステップ 3

下のボウルにたまった呉（豆の成分）の汁を、馬毛の裏ごし器に通す。



Step 4
ステップ 4

ステップ 3の裏ごし器の上から適量の水を加え、手で混ぜながらこし、細かい皮を取り除く。

Step 5
ステップ 5

こした呉の入ったボウルをしばらくおき、呉が沈んだら、呉を捨てないように濁った上水を捨てる。



Step 6
ステップ 6

呉が残ったステップ 5 のボウルに再びたっぷりの水をそそぐ。ボウルの中を全体をよく混ぜる。

Step 7
ステップ 7

再びしばらくおき、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

Step 8
ステップ 8

上水を捨て、さらしに受けて水けをきる。水分がなくなるまで、しっかり絞る。



Step 9
ステップ 9

赤生あんのでき上がり。



～端午の節句のかしわ餅～より

<参考レシピ> 白生あん

レシピ監修 辻製菓専門学校 金澤 賢吾 先生



材料 ～ 約200g 分 (作りやすい分量) ～

白いんげん豆 100g 乾燥したもの

作り方

Prepare
準備

■白いんげん豆をたっぷりの水に一晩つける。
(十分吸水させておかないと、ゆでむらが出る。)

白生あんを作る

Step 1
ステップ1

一晩つけた白いんげん豆の水を捨てて豆を鍋に移し、新たに水（鍋に豆を入れたとき、豆の高さの倍くらいの量）を加えてゆでる。沸騰すれば、沸騰がおさまる程度の差し水をする。再度、沸騰したら、アクが出ているので、ゆで汁を捨てる。（これを「渋きり」という。）



Step 2
ステップ2

豆全体に水をかけ、アクを洗い流す。そして、豆を鍋に戻し、水（鍋に豆を入れたとき、豆の高さの倍くらいの量）を加えてさらにゆでる。

Step 3
ステップ3

沸騰するまでは強火、沸騰したら弱火にして豆がゆるやかに躍る程度の火加減で約2時間ゆでる。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、豆が指で簡単につぶれるくらいやわらかくなるまでゆでる。



Step 4
ステップ4

大きめのボウルにザルをおき、豆を移す。上から水をかけて豆をつぶしながらこし、皮を取り除く。
※豆の熱が取れるまでは、レードルなどを使い、冷めたら手でこす。大きなボウルに金網を敷き、ザルをのせると作業しやすい。



グラーテルのかまど 番組特製レシピ

Step5 ステップ.5

下のボウルに残った豆の中身を、水とともにこし器に通し、細かい皮を取り除く。
※馬毛のこし器を使うと、より細かな仕上がりになる。



Step6 ステップ.6

ステップ5をしばらくおき、中身が沈んだら、にぎった上水を捨てる。



Step7 ステップ.7

たっぷりの水を注ぎ、ステップ6の作業を行う。これを2回ほど行い、アクを取り除く。
※上水が半透明になればよい。この作業をしすぎると豆の風味が損なわれるので注意。

Step8 ステップ.8

上水を捨てさらしに受けて水けをきり、水分が出なくなるまでしっかり絞る。
※バットのような平らな容器を使うと絞りやすい。



Step9 ステップ.9

白生あんの出来上がり。

