

～京女の“夏越し”の和菓子～ より

夏越しの和菓子

レシピ監修 辻製菓専門学校 立嶋 穎先生



京都伝統の“みなづき”をヒントに、
4日がかりで作るみつ漬けの小豆と、くず粉を使った透明感ある“夏越しの和菓子”。
番組オリジナルレシピです！

材料 ~ 18cm×18cmの型 1台分 ~

<生地>

くず粉	100g
わらび粉	15g
グラニュー糖	250g
水	450ml

<小豆のみつ漬け> ※適量(作りやすい最低限の分量)

小豆(乾燥)	100g
グラニュー糖	300g
水	300ml
水あめ	20g

<黒みつ> ※適量(市販の黒みつでもよい)

黒砂糖	40g
グラニュー糖	75g
水	100ml

<その他の材料>

きな粉	適量
-----	----

作り方

Prepare 準備

- 蒸し器の底に水を入れ、火にかけ、沸騰させておく。
- 蒸し器に型を入れ、ぬらしたハンカチを型にそって敷く。
- 黒みつの材料を鍋に合わせていったん沸騰させ、冷ましておく。

小豆のみつ漬けを作る

Step 1 ステップ 1

小豆を煮くずれないようにゆでる。
※「たいやき」(2011年10月29日放送)の「つぶあんを作る」のステップ1~4を参照



Step 2 ステップ 2

ボウルに水をたっぷりと入れ、ゆでた小豆を煮汁ごと入れる。
ゆっくり全体を混ぜる。



Step 3 ステップ 3

ゆでた小豆が沈殿すれば、上澄みを捨て、さらしの上にあけ、水気をきる。



Step 4 ステップ 4

鍋に分量の水とグラニュー糖 100gを入れ、沸騰させてシロップを作る。



2/5

Step 5 ステップ 5

ステップ 3 の小豆を加え、鍋のまわりが煮立つれば火を止める。
紙ぶたをして、室温で一日おく。



Step 6 ステップ 6

翌日、小豆をざるにあけ、シロップと小豆に分ける。
シロップにグラニュー糖 100g を加え、沸騰させる。



Step 7 ステップ 7

小豆を戻し入れ、鍋のまわりが煮立つれば火を止める。
紙ぶたをして、室温で一日おく。



Step 8 ステップ 8

3日目、小豆をざるにあけ、シロップと小豆に分ける。
シロップにグラニュー糖 100g と水あめを加え、沸騰させる。



Step9 ステップ.9

小豆を戻し入れ、鍋のまわりが煮立つれば火を止める。
紙ぶたをして、室温で一日おく。



Step10 ステップ.10

4日目に出来上がり。使用する分量(130g程度)をざるにあけ、シロップをきる。



<注意事項>

※小豆をシロップに漬け「室温で一日おく」際、空調のきいた涼しい部屋をお願いします。
※冷蔵庫に入れて冷やすと、豆が固くなってしまいますのでご注意ください。

生地を作る

Step1 ステップ.1

くず粉とわらび粉をボウルにいれ、分量の水の一部を入れ、指先でしっかりとたまりをつぶす。



3/5

Step2 ステップ.2

かたまりがなくなれば、残りの水を使い、鍋に裏ごししながら入れる。



Step3 ステップ.3

グラニュー糖を加える。



Step4 ステップ.4

鍋を火にかけ、泡立て器で混ぜる。グラニュー糖が溶ければ、生地の一部を取り分けておく。
※取り分けた生地は、小豆のみつ漬けを接着させるのに使う。



Step5 ステップ.5

さらに鍋の中を混ぜながら火にかける。
生地の一部が鍋の底からかたまつてくるので、泡立て器でよく混ぜる。



Step 6

泡立て器ですくうと流れ落ちるくらいのかたさで火を止める。



ステップ 6

Step 7

生地全体になめらかなとろみがつくように、まんべんなくしっかりと混ぜる。
型に生地を流し、40分蒸す。



ステップ 7

仕上げる

Step 1

蒸し上がりに小豆のみつ漬けを全体に散らすように並べ、手のひらで生地に押し込むように表面をならす。



ステップ 1

取り分けておいた生地を表面にかけ、さらに10分蒸す。



Step 2

蒸し器から取り出し、そのまま室温で冷ます。



ステップ 2

Step 3

冷めれば、型から取り出し、包丁で切り分ける。



ステップ 3

Step 4

縦に4等分、横に2等分した長方形を斜めに切り、台形にする。
お好みで、黒みつやきな粉をつけて頂く。



ステップ 4

Step 5

4/5

食べごろと保存方法

冷めれば密封容器に入れ、室温（空調のきいた涼しい部屋）で保管します。食べごろは翌日まで。
食べる直前に冷蔵庫で冷やすと、さらにおいしく食べられますが、冷やしすぎるとかたくなってしまいます。
冷やす時間は30分ほどが目安です。
残った小豆のみつ漬けは、アイスクリームやかき氷に散らしてもおいしいです。
(密封容器に入れて冷蔵庫で3日間ほど保存可能)