

～吉田松陰の大福もち～より

大福もち

レシピ監修 日本菓子専門学校 小野 礼司 先生



幕末の思想家・吉田松陰。食費を極限まで切りつめ、勉学の費用にあてていた松陰がどうしても誘惑に勝てなかったのが「大福もち」。
もち米を使い、もち本来の味にこだわった「大福もち」をお試しあれ！

材料 ～ 15～18個ほど ～

もち米	420g(3合)	
水	365g(目安量)	水を切ったもち米との合計の重さが820gになるようにする
塩	5g	
粒あん	540g(18個分)	小豆200gの場合、グラニュー糖240g使用
片栗粉	適量(バット一面)	手粉用

作り方

Prepare 準備

- 小豆を煮て、やや硬めの粒あんを練っておく
- 蒸し器の下鍋にお湯を沸かしておく
- 蒸し器の上鍋に高さ3cm程度の底のない蒸し枠を置き、ぬらして絞った布巾を敷き込んでおく
- バットに片栗粉を厚めにふるっておく

※今回、番組で使用したホームベーカリーは、GOPAN(パナソニック製)です。
ステップ3～ステップ8の「蒸す」「つく」については、機種によって時間の設定が異なりますので、メーカーの取扱説明書の指示に従って下さい。

生地をつくる

Step1 ステップ1

もち米をざるに入れたまま水洗いする。(2回繰り返す)



Step 2 ステップ2

水を切って30分置く。



Step 3 ステップ3

もち米との合計の重さが820gになるように水を入れる。



Step 4 ステップ4

ホームベーカリーにセットして50分蒸す。



Step 5 ステップ5

蒸しあがったもち米に塩を入れる。



Step 6 ステップ6

10分つく。
※保温と水分を保つためにフタをしたままつきます。



Step 7 ステップ7

もち生地を蒸し器に移して15分蒸す。



Step 8 ステップ8

もち生地を内釜に戻し、10分~15分つく。



Step 9 ステップ9

手水を使いながら、もち生地を35gほどに取り分け、片栗粉を敷いたバットの上に置く。

※もち生地を2、3回つまみ上げるようにして丸くもりあげ、一気につかみ上げて両手の指先でプツンと切ります。



あん玉をつくる

Step10 ステップ10

あんを30gほどに切り分け、丸める。
※ステップ4の間に準備しておきます。



仕上げ

Step11 ステップ11

絞った布巾で左手を湿らせ、片栗粉をつける。



Step12 ステップ12

右手指先を水で軽くぬらしてもち生地をつまみ上げ、左手にのせる。



Step13 ステップ13

あん玉をのせて左手をすぼめながら時計回りにまわし、右手の指であん玉を押しこんでいく。



Step14 ステップ14

もち生地のみをすぼめ、しっかりとつまんで閉じる。
※つまみが弱いともちの弾力で開いてしまいます。



食べごろと保存方法

作ったその日のうちが食べごろです。

翌日に硬くなったら、オーブントースターなどで焼いて食べてもおいしく召し上がれます。

日持ちしないので、ラップに包んで冷凍保存してください。

※電子レンジで解凍する場合は加熱し過ぎに注意！

※自然解凍の場合は少し硬くなるので、焼いて食べるのがおすすめです。