

～新井満の笹だんご～より

笹だんご

レシピ監修 笹団子研究会 五十嵐祐子



新潟の郷土菓子、笹だんご。もっちり歯切れのいいよもぎのだんごが、あんとベストマッチ！
定番のつぶあんはもちろん、昔ながらの甘みそあんもお試ください。

材料 ～ つぶあん6個、甘みそあん6個 ～

<生地>

もち粉	175g	
上新粉	75g	
砂糖	30g	
ぬるま湯	200ml	
乾燥よもぎ	30g	
重曹	適量	笹、よもぎ下ゆで用(1リットルにつき小さじ1)

<甘みそあん>

みそ	50g	
砂糖	60g	
くるみ	20g	砕いてあるもの
みりん	10g	
かたくり粉	5g	少量の水で溶いておく

<つぶあん>

つぶあん	180g	1個につき30g
------	------	----------

<仕上げ用>

笹	36枚	1個につき3枚
いぐさ	12本	
米油	少々(ごく少量)	サラダ油でも可

作り方

Prepare 準備

【中身】

- かたくり粉は水で溶いておく
- つぶあんは直径3cmくらいに丸めておく

【仕上げ用】

- (乾燥笹の場合)重曹を入れた湯でゆで、布でさっとふいて汚れをとっておく
- いぐさは一晩水につけてやわらかくしておく

生地をつくる

Step 1 ステップ1

重曹を入れた湯で、乾燥よもぎを柔らかくなるまでゆでる。



Step 2 ステップ2

ゆで上がったたらざるにあけ、軽く水洗いして水けを絞る。



Step 3 ステップ3

よもぎと水50ml(分量外)をフードプロセッサーに入れて、ペースト状にする。



Step 4 ステップ4

もち粉、上新粉、砂糖をバットに入れ、手で軽く混ぜ合わせたら中心にくぼみを作る。



Step 5 ステップ5

くぼみにペースト状にしたよもぎを入れ、全体になじませる。
なじんだら、ぬるま湯を加えながら柔らかくツヤが出るまでこねる。



Step 6 ステップ6

ツヤが出たら12等分にする。

甘みそあんをつくる

Step1
ステップ1

フライパンにみそ、砂糖、みりん、くるみを入れ、木べらでかき混ぜながら、強火で加熱する。



Step2
ステップ2

沸騰してきたら水溶きかたくり粉を入れて、焦げ付かないように練り続けながら水分を飛ばす。



Step3
ステップ3

水あめより少し固いくらいになったら火を止める。



Step4
ステップ4

バットにあけ粗熱をとる。



Step5
ステップ5

粗熱がとれたら冷凍庫で3時間ほど冷やす。
※あんがスプーンにくっつかなくなったらOK

Step6
ステップ6

冷やした甘みそあんを直径2cmくらいに丸める。



あんを包む

Step1
ステップ1

生地を直径5～6cmに広げる。
※中心を厚めにすると破けにくい。



Step 2
ステップ2

中心にあんを入れて、端を合わせるようにして閉じていく。



Step 3
ステップ3

手に油をつけ、手のひらで転がして丸く形を整える。
※油をつけると笹の葉にくっつきにくくなります。



仕上げ (結び方)

Step 1
ステップ1

笹を2枚少し重なるように並べる。
※葉先を自分側に向け、ツルツルした面を上にする。



Step 2
ステップ2

ステップ1の笹の中央にだんごを置き、片手にもつ。



Step 3
ステップ3

ステップ2の上にもう1枚笹をかぶせる。



Step 4
ステップ4

下側の笹をねじって、小指でおさえる。
上側も同じようにねじって、親指でおさえる。



Step 5
ステップ5

いぐさの端から20cmくらいのところを持って、長いほうを親指でおさえた部分に2周まきつける。



Step6
ステップ6

斜めにおろして、小指でおさえた部分にも同じように2周まきつける。



Step7
ステップ7

中央で、20cm残しておいたぐさと交差させ、真横に2周まきつける。



Step8
ステップ8

中央で、ほどけないようにぎゅっと結ぶ。



Step9
ステップ9

蒸し器に入れ強火で15分蒸す。



食べごろと保存方法

笹だんごは出来たてが一番おいしいです。つぶあん・甘みそあんも夏場でなければ常温保存可。
消費期限はつぶあん、甘みそあんどちらも3日程度です。