

チャングムの餅菓子より ムジゲトック

レシピ監修 辻調理師専門学校 小川智久先生



5色のカラフルな餅ケーキ。
韓国伝統のムジゲトックの作り方を紹介します。

材料 ~型(12×15cm) 1台分~

<白・赤・緑の生地>

米粉	135g	
餅粉	24g	
砂糖	36g	
塩	小さじ 1/3	
水	75ml	
水(調整用)	適量	霧吹きで使用
よもぎ粉	1g	
ストロベリーパウダー	1g	

<黄・茶の生地>

米粉	各 45g	
餅粉	各 8g	
砂糖	各 10g	
塩	各小さじ 1/6	
黄：かぼちゃペースト	30g	かぼちゃ(皮つき) 45g分
茶：なつめペースト	30g	乾燥なつめ10個分
水(調整用)	適量	霧吹きで使用

作り方

Prepare 準備

- かぼちゃは8分蒸して裏漉しする。
- なつめは水に浸けて5分蒸して裏漉しする。

白・赤・緑の生地を作る

Step 1 ステップ 1

ボウルに米粉・餅粉・砂糖・塩を入れ、水を少しずつ加えながら良く混ぜる。
※こすり合わせるようにして水分を均等にいきわたらせる。



Step 2 ステップ 2

霧吹きで少しずつ水分量を調節しながら更にこねる。手で握り締めて固まり、つぶすと粉状に崩れる状態にする。



Step 3 ステップ 3

ステップ 2 をふるいにかけて漉す。



Step 4 ステップ 4

出来た生地を3等分し、ひとつはそのまま（白）、ふたつはそれぞれよもぎ粉（緑）、ストロベリーパウダー（赤）を加えて混ぜ、もう一度ふるいにかけて漉す。



黄・茶の生地を作る

Step 5 ステップ 5

ボウルに米粉・餅粉・砂糖・塩を入れカボチャのペーストを加えて良く混ぜる。霧吹きで水分量を調節しながら、ステップ 2 と同じ状態にし、ふるいにかける。なつめペーストも同様にする。



型に詰める

Step 6 ステップ 6

型にクッキングシートを敷き、各色の生地を順に敷き詰めていく。
※軽くのせて広げ平らにならす。押さえないこと。



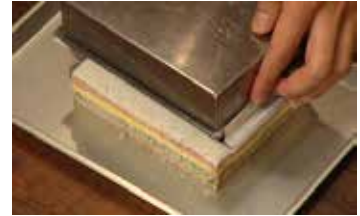
Step 7 ステップ 7

蒸し器で 30 分蒸し、火を止めて 10 分蒸らす。



Step 8 ステップ 8

型からはずし、盛り付ける。



食べごろと保存方法

作った日のうちにお召し上がりください。
冷めて硬くなったら、蒸し器、レンジなどで温めると、おいしく召しあがれます。