

水無月 (みなづき)

夏越の祓 (なごしのはらえ) : 6月30日は1年折り返し。

「夏越の祓」とは、過ぎた半年分のけがれを落とし、この先半年の健康と厄除けを祈願する伝統行事をいいます。

本来は小豆の甘納豆を使用しますが、今回は黒豆で。

お好みの甘納豆でご活用ください。



材 料 流し缶 1 個分

くず粉	30 g	グラニュー糖	80 g
白玉粉	20 g	黒豆甘納豆	120 g
薄力粉	70 g	水	200cc

下準備

- ① 蒸し器を温めておく。

作り方

- ① ボウルにくず粉、白玉粉を入れて指でつぶしながら、水を少しずつ加えて粉を溶かす。
- ② 別のボウルに薄力粉とグラニュー糖を泡だて器で混ぜ合わせ、①を少しずつ加えながら混ぜる。なめらかになったら、こし器でこす。
- ③ 生地80ccを別にとっておき、流し缶の内側をさっと水で濡らして残りの生地を流し入れ蒸し器で20分蒸す。蓋に布巾をかぶせて水滴が落ちないようにする。
- ④ やけどをしないように蒸し器の蓋を開けて、流し缶を取り出し、甘納豆を並べ、とっておいた残りの生地80ccを上から流し入れて再び10分蒸す。
- ⑤ 流し缶を取り出して冷ましてから、生地を取り出し、三角形に切り分けて盛り付ける。