

●材 料

もち米・・・・・・・・・・1升 (約1.5k)
片栗粉・・・・・・・・・・大さじ2～3杯

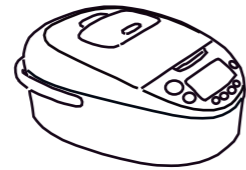
●蒸かし方選び

ここでは①炊飯器 ②木又は金属のせいろ の2点を紹介します 最近の炊飯器は良くなっていますので蒸した時とほぼ同じように炊き上がります お好みに合わせてお決め下さい

①炊飯器の場合

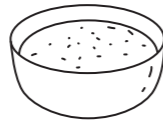
用意するもの・・・1点ずつ

- 1、電機炊飯器・新しい機種がお勧めです
- 2、ボールまたはナベ
- 3、ポリまたはビニール (約80cm角できれいなもの)
- 4、ご飯べら



●作りかた

- 1、用意したもち米を洗ったのち 水に1～2昼夜程つけておきます。夏は途中数回替えるか もしくは水道水を細くたれ流すかして水を冷たく保ちます



- 2、おこわの目盛りに合わせ水を足し スイッチ入れます

※ 1～2昼夜冷やかす時間がないとき・・・釜に米1：水1で2～3時間寝かせてからスイッチ入れます←米・水比率は参考値です 仕上りをみて各々で研究されてください

- 3、炊き上がってからの手順は”せいろ作りかた”の6、～15と同様です

①せいろで蒸かす場合

用意するもの・・・1点ずつ

- 1、蒸し器サイズ・作る量と熱源の強弱で選び方が違います
都市ガスで蒸す・・・1升用 (約20～22cm位の鍋 小さく深いもの)
2升用又は大きな鍋は不可
プロパンより熱量が不足しているためです
プロパンガスのハイカロリー (強火) コンロの場合、又は薪が熱源
・・・1～2升鍋ともOK



鍋は深いものをお選びください



- 2、ふかし布 (60～70cm 角位で目荒の生地がおすすめ)
- 3、ボール又は鍋、ザル
- 4、ポリ又はビニール (70cm 角位できれいなもの)
- 5、ご飯べら

●臼作業の平均時間

玉つぶし	15分
キネつき	10分
	計25分

●作りかた

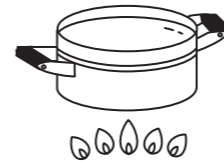
- 1、用意したもち米を洗ったのち 水に1～2昼夜程つけておきます。夏は途中数回替えるか もしくは水道水を細くたれ流すかして水を冷たく保ちます



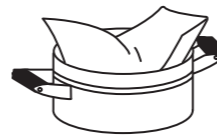
- 2、米をザル又はふかし布にあけてよく水を切ります



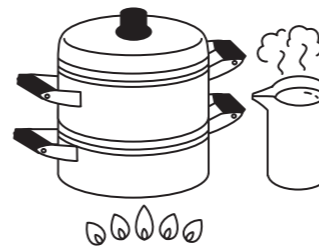
- 3、鍋に水又はお湯を多目に入れます



- 4、せいろに目皿をおきその上にふかし布を拡げてお米をおき 包み込みますが その際 お米の中央を少しくぼませておきます



- 5、お湯の湧いた下鍋にお米を入れたせいろを上げ 約1時間強火で蒸らしますが 下鍋のお湯がどんどん減っていきますので そばにお湯をおき ときどき補充してやります



(この先の手順は炊飯器使用と共通します)

- 6、蒸し加減は熱いので箸など使って米粒を取り出します 指でつかんで少しつぶれる感じが 火を止める合図です ご飯のように柔らかくしてしまっはいけません

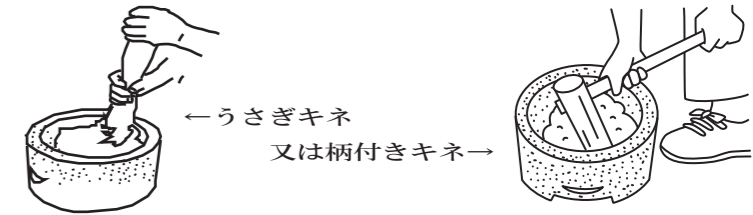


- 7、石臼の準備です 使う前にきれいに洗っておきます 冬場は熱湯を入れあらかじめ温めておきます



おいしい キネつきもち1升 の作り方ガイド

- 8、蒸しがあがったお米を臼にあげ 玉つぶしの作業に入ります お米は粒がよく見える状態ですので キネを短くもち粒を丹念に潰していく気持ちで始めます



- 9、だんだんお米が粘ってきますので ご飯べらを水で濡らしキネ先をきれいにしやりキネを時々濡らしながら続けます この玉つぶしを約15分間続けます

- 10、粒が減ってもち状になってきますので 玉つぶしをやめ キネつきに移ります キネ先をきれいにし 水をつけながら最初はゆっくり 徐々に力を加えてついでいきます

- 11、全体を平均に打つために もう一人が手に水をつけ お餅をまとめて回転させてやり 何度も繰り返して約10分間つき続けます

- 12、時間にゆとりのあるときは つきの間に玉つぶしの要領で お餅をキネ先でこね回す作業を丹念にやりますと お餅が水飴のようにツヤが出て光りだして極めの細かい最高のおもちに仕上がります

- 13、丸もちを作る場合 のし板にビニールをひろげ おもちをひねり出しては 丸もちを作って行きます その際 手にお餅がつくようだったら 片栗粉を使って作業してください

- 14、切り餅を作る場合 のし板にビニールをひろげ 出来上がったおもちをお片栗粉を使いながら手で伸ばし 拡げていきます

- 15、手元にめん棒があれば 仕上げに転がし厚みを均一にします 最後にビニールを寄せて上におおい ホコリから守って終わりです

