

『お餅の作り方』

杵と臼で餅つきをするご家庭は、もうあまり見かけなくなりましたが、家庭用の餅つき機で年末に餅をつくご家庭もあるのではないのでしょうか？今回は、お餅の作り方についてご紹介します。

お正月に食べるものといえば、お節料理もありますがお餅も美味しいですね！幼稚園や保育園などで、餅つきイベントもあるのではないのでしょうか？

餅の作り方の紹介(お手持ちの餅つき機の説明書もご確認ください)



① きちんと量る

必要な量を計量カップ（180ml）ですり切るか、はかりで量りましょう。

② 手早く洗う

米の余分なぬかを落とすために米を洗います。

- 1 回目は多めの水で軽くすすいで、すぐに水を捨てます。
- 2 回目からは浸る程度の水で、やさしくかき混ぜて洗います。
- 3 回ほど繰り返して洗って、水が多少透き通れば OK！



③ 水の浸漬時間

水はたっぷり入れてください。米が水を吸って水が減ります。

もち米の内部まで水分を浸透させるには、1 晩(6 時間～12 時間)たっぷりのお水にしっかりつけましょう！十分水を吸わせないと、芯が残ってしまいます。

暖かい時期は冷蔵庫などで保管ください。

④ 水切り

ザルに上げてしっかり水を切りましょう。

ザルを振って、水が落ちなくなるまで水切りをします。

しっかり水を切らないと、蒸した時に十分熱が伝わりません。



④蒸し方

◆家庭用餅つき機の場合

もち米の蒸し方は、家庭用餅つき機の取扱説明書をお読みください
もち米の量に合わせた水の量が書かれています。

蒸しあがったら餅をつきます。

◆セイロで蒸す場合

セイロに蒸し布を敷き、水を切ったもち米を広げます。

菜箸などで刺して、蒸気の通り道をいくつか作ります。

釜のお湯が十分沸騰したら、セイロを設置し沸騰した状態で30分蒸します。

30分経過したら、もち米の硬さをみて芯が残っていないかを確認してください。芯が残っていたらさらに蒸します。

あとは杵と臼でつきます。水をつけすぎると、餅が軟らかくなってしまいます。



ポイント！！

十分な時間水に浸けましょう！

水はしっかりと切りましょう！

蒸し時間が足りないと、餅に粒が残ってしまいます



もち米が余ってしまったときは・・・

いつもの白米と混ぜて一緒炊くことができます。

専用のカップ（180ml）でお米をすり切りで量り、お米を洗います。

炊飯器の内釜の白米の目盛に水加減を合わせてから、

もち米1合につき大さじ3杯(45ml)減らします。あとは水に浸けてスイッチオン！

いつもと違った、もちもちしたごはんになります。

もち米が余ったらお試ください。



今回は餅の作り方をご紹介しました。

美味しいお餅を食べて、元気に新年を迎えてください！！