



旭 支部

みょうが焼 (けんぴき焼)

調理時間
60分

／ どのようなときに作る料理ですか？ ／

みょうがの葉の時に作る焼き団子。けんぴき焼きとして昔から作られる郷土食です。

田植え上がりに焼いて労をねぎらっていました。



材料 17個分

小麦粉	250g
むしパンミックス	50g
こしあん	500g
みょうがの葉	17枚
米 油	適量



作り方

- ① ボウルに小麦粉、むしパンミックスを入れてよく混ぜる。
- ② ①に熱い湯を入れ耳たぶ位の柔らかさになるまでよくこねる。
- ③ あんを17等分(約30g)に丸めておく。
- ④ ホットプレートに米油を塗り、温めておく。
- ⑤ ②を丸め、中に③を入れて包み、みょうがの葉で巻いて④で両面を焼く。

Point

調理のワンポイント

- 粉類はだまにならないようにふるいにかける。
- ふるいにかけた粉は熱湯でこねる。
- ホットプレートの温度は低温。
- ふたをして焼く。
- 少しアレンジしてむしパンミックスを加えます。