

1. かいもち

村山地方

〈材料〉	(5人分)
そば粉	3カップ
水	6カップ
熱湯	1ℓ
つけだれ	
白油(又はごま)	1/2カップ
㊦砂糖	小さじ1
醤油	大さじ1
酒	小さじ1
湯ざまし	大さじ2
①納豆	1包
醤油	大さじ2
大根おろし	1/4カップ

● 用具

- すり鉢
- 穴じゃくし
- 木べら
- 玉じゃくし

● 作り方

- ① つけだれを作る。
 - ㊦白油を、すり鉢ですり、調味料を入れてよく混ぜ合わせる。
 - ①納豆のつけだれも用意しておく。
- ② 鍋に分量の水を入れて火にかけて沸騰させる。
- ③ 沸騰したら火を中火にして、そば粉を少しずつ入れ、手早くかき混ぜる。火から下ろし、生粉のないように、強くかき混ぜる。
- ④ 別の鍋に沸騰水を用意し、③のかいもちを、木べらですくい、一口位に切り、沸騰水の中に落とす。
- ⑤ 浮き上がったら穴じゃくしでとってお椀に盛り、つけだれをかける。

● ポイント

- 生粉のないように、よくかき混ぜること。
- 熱湯とかき混ぜるそば粉の量は、時によって、多くしなければならないこともあるので、そば粉は1/2カップ位多目に用意しておく。

● 応用

- かいもちが残ったら、丸めて小判型にしておき、堅くなってからあぶって食べるとおいしい。
- かいもちを練るとき、お湯の代わりに牛乳で練ると、違った味が楽しめる。
- 又、冷ご飯を入れて、かいもちを練ることもあった。

(村山市 エプロン会)

高宮 きん