

農林水産省

うちの郷土料理

次世代に伝えたい大切な味

神奈川県

酒まんじゅう（さかまんじゅう）



*画像はイメージです（掲載画像とレシピの内容は異なる場合があります）。

材料（40個分）※行事食用の分量とレシピ

【種】 び飯	茶碗2〜3杯分	【種】 水	600cc
【種】 米麴	25g	【皮】 地粉	1kg
【皮】 種汁	2と1/2カップ	【皮】 砂糖	大さじ4
【小豆あん】 小豆	2カップ	【小豆あん】 砂糖	350g
【小豆あん】 塩	小さじ1		

作り方

- 1 【種】種の材料を桶（タッパーでも可）に入れ、よく混ぜ合わせて発酵させる。
- 2 び飯が浮いてきたらざるにあげて絞る。※夏季は2日くらいで発酵する、冬季は5〜6日かかる。
- 3 【まんじゅうを作る】地粉に砂糖・種汁を加えて混ぜ、耳たぶ程度の柔らかさにし、寝かせる。※夏は4時間くらい、冬は一晩置くと2倍くらいにふくらむ。粉をこねる時に砂糖を入れると生地が硬くならない。

- 4 膨らんだ生地を静かに1～2回ガス抜きして、更によくこねる。

- 5 4を1個分（約60g）ずつちぎり、なめらかに整形する。

- 6 生地を広げる（中心は厚く、外側は薄く）。

- 7 作っておいたあん（約40g）を皮の中心に乗せて、あんを皮で包む。口が開かないように最後に指先で皮をぎゅっと止める。上から指で押して元に戻るくらいまで30分程寝かす。

- 8 蒸し器に入れ、20分蒸す。※蒸す時、火が強いと生地が割れるので注意。

- 9 火から下ろし、うちわであおいでつやを出す。

レシピ提供元名：相模原市食生活改善推進団体わかな会

※レシピは地域・家庭によって違いがあります。

お問合せ先

大臣官房 新事業・食品産業部 外食・食文化課 食文化室

代表：03-3502-8111（内線3085）

ダイヤルイン：03-3502-5516

Copyright : Ministry of Agriculture, Forestry and Fisheries