

KUMAMOTO

熊本

KUMAMOTO

みかんの葛もち風 上村 忍



材料(20個分)

自家製みかんのシロップ漬け
(缶詰でも可)……………20粒
あん……………100g(5g×20コ)
片栗粉……………30g
砂糖……………30g
水……………250cc
椿の葉……………20枚

作り方

- ① 椿の葉は洗い、布きんで拭いて皿に並べておく。
 - ② あんは20個に丸め、みかんのシロップ漬けと一緒に、①の上に1個ずつ並べる。
 - ③ 鍋に片栗粉、砂糖を入れ、泡立て器でよく混ぜ合わせ、そこに水を入れ混ぜる。
 - ④ ③を火にかけてながらよく混ぜる。透明になって固まってきたらスプーンですくって②にかけて冷やす。
- ※片栗粉を溶くのに、みかんの花を煮出した水を使うと香りがよく美味しくなる。
- ※片栗粉の代わりに葛を使うと本格的な葛まんじゅうができる。

料理に
まつわる話

河内町は全国有数のみかんの産地です。
いろいろなイベントで工夫をこらしたみかん料理を提供しています。

まめ
知識

みかんに多く含まれるビタミンCには免疫機能を高めたり、
疲労回復を促す作用があるといわれています。