

柏餅を手作りしてみませんか？



近年、柏餅は時期に関わらずスーパーなどで通年売られています。しかし、時には柏餅を手作りしてみるのはいかがでしょうか？

～ 柏餅の豆知識 ～

こどもの日に食べるのはどうして？

柏の葉は、枯れ葉になってもなかなか木から落ちないことから、木の神様に守られていると考えられていました。このことから、「**子孫繁栄**」を祈願し、こどもの日に食べるようになったといわれています。



柏葉の効果

柏の葉には、**抗菌・防腐作用**があり、保存にも向いています。

柏餅に関わる行事について

福井県の一部の地域では、田植えが無事に終わったことを祝う、子どもたちが主役の「田の神祭り」が行われます。この祭りが行われる時期（5月半ばから7月上旬）になると、各家庭で「柏餅」を用意し、田の神にお供えします。

※田の神祭り…田植えが無事に終わったことを祝う子どもたちが主役の祭り。集落特有の囃子詞(はやしことば)で神輿をかつぎ、家々や田んぼを練り歩く。



～ 手作り柏餅の作り方 ～

材料（10個分）

- | | |
|-------------|--------------|
| ● 白玉粉 — 60g | ● 上新粉 — 140g |
| ● 砂糖 — 15g | ● あんこ — 200g |
| ● 柏の葉 — 10枚 | |



つくり方

1. あんこを10等分に丸めておく。
2. 柏の葉をさっと水洗いし、水を切っておく。（乾燥柏の葉は熱湯で10分茹で、水に10分さらす。）
3. 耐熱ガラスのボールで白玉粉を分量の水で混ぜ溶かす。上新粉、砂糖も加えなめらかになるまで混ぜ合わせる。
4. ラップをかけ、3回に分けて電子レンジ（500W）で加熱して、たっぷりの水にさらす。
 - ・1回目：1分加熱し混ぜ合わせる。
 - ・2回目：再度ラップをし2分加熱する。
 - ・3回目：しっかりこねて4分加熱する。
5. 粗熱をとり水気を切り、固く絞ったぬれふきんで包み、生地をまとめていく。べた付く場合は再度レンジで加熱する。
6. 生地を10等分し、楕円形（中心はやや薄くする）に伸ばし、丸めておいたあんこを包む。熱いと葉にくっついてしまうので、生地が完全に冷めてから柏の葉で包む。