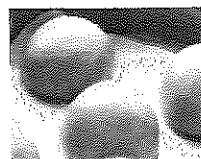


谷津公民館寿学級



黒糖饅頭

材料 10個分

食 品 名	目 安	食 品 名	目 安
薄力粉	130g	こしあん	250g
☆重曹	小さじ1		
☆水	小さじ1	クッキングシート (6×6)	10枚
★粉黒砂糖	70g		
★湯	45cc		

作り方

- ① あんこは、10個にまるめておきます。
- ② 粉黒砂糖に熱湯を加え、よく溶かし氷水等で冷ましておきます。
- ③ 重曹と水(小さじ1)を混ぜ、荒熱のとれた②に加えてしっかりと混ぜます。
- ④ ③をボウルに入れ、そこに薄力粉をふるい入れてゴムベラで混ぜる。あまり練り混ぜないように、切るように混ぜます。
- ⑤ 粉気がなくなり、まとまる程度(耳たぶ位)のかたさになったら、ラップをかけて30分休ませます。
- ⑥ 薄力粉で打ち粉をし、休ませた生地を棒状に丸めてから10等分に切り分け丸めます。
- ⑦ 生地をひとつ手にとり、手のひらに均等の薄さに丸く広げて平らにし外側をうすくして、こしあんをのせ生地で包み丸めます。
- ⑧ 最後にしっかりと口を閉じて、包み終わりを下にして丸め直しクッキングシートにのせ蒸気の上上がった蒸し器に並べ、10～12分程度強めの中火で蒸します。
- ⑨ ※霧吹きをすると、表面が割れにくくなります。
- ⑩ ふっくらと蒸し上がったら、できあがり。
- ⑪ 冷ますときは、濡れ布巾などをかけて、表面が乾燥しないようにします。