



師匠と慕う河合みさをさん(和地町・左から2人目)からレシピを教わる、技人の皆さん。「郷土の料理を忘れないように伝えていきたい」と話します。左から、渡会美智子さん(中山町)、中川美代子さん(小中山町)、廣中八重子さん(馬伏町)。

* 技人についてのお問い合わせは
東三河農林水産事務所 田原農業改良普及課まで
☎ 22局0381



「技人」とは農業や暮らしの達人
「技人」とは、優れた農業や暮らしの技術を培い、それらを伝承できる方が農村輝きネット・あいち会長から認定されるもので、現在田原市では、10名の技人が郷土料理の講座や勉強会などを行っています。今回ご紹介する、農休まんじゅうのレシピは、この技人の皆さんから教わったものです。皆さんもぜひ作ってみてはいかがでしょうか。

いよいよ食欲の秋がやってきました。今回の市民の広場では、市民の皆さんからの、郷土料理のレシピを紹介して、「の声にお応えして」農休まんじゅうの作り方と郷土料理を伝承する輝きネット・あいちの技人をご紹介します。

伝えたい 伝統の技と味



農休まんじゅう

田植え後の疲れを取るための農休みに食べられたり、子どものおやつとして作られたりした郷土料理の一つです。

材料 黒皮のもの(5個分)

小麦粉: 150g ・ 水: 60cc ・ 重曹: 3g
黒砂糖: 60g ・ あんこ: 100g
サルトリイバラの葉: 5枚
(なければハランの葉でもよい)
白皮のものは、水60ccのところを、水20ccと酢40ccにして、黒砂糖を白砂糖に。

作り方

あんこを適当な大きさに丸める。
黒砂糖を少量の水で溶き、重曹を加える。
小麦粉に、で溶いた黒砂糖を入れ、水を加えながら耳たぶのかたさ程度に練る。
丸めたあんこを、できた皮で包み、サルトリイバラの葉にのせて、蒸し器で10〜15分程度蒸す。
白皮のものは、とは黒皮のものと同様に、小麦粉に白砂糖をまぜる。で重曹・酢・水を入れ、耳たぶのかたさ程度に練る。
* ポイントは、水を少しずつ加えること。

