

伝えたい、故郷のおやつ

# かごしま 甘味



鹿児島の郷土菓子に

ちょっとアレンジを加えるだけで、

子どもたちが喜ぶ

簡単スイーツに大変身!

ぜひ、今度の週末に

家族みんなで作ってみませんか。

## Recipe

【材料(4人分)】

【プレーン生地(基本のいこ餅)】

- いこ餅粉 80g
- 砂糖 80g
- 湯 80cc

【抹茶生地】

- いこ餅粉 80g
  - 抹茶パウダー 5g
  - 砂糖 80g
  - 湯 80cc
- 合わせておく



【黒糖生地】

- いこ餅粉 80g
  - 黒糖 60g
  - 湯 80cc
- 合わせておく



【共通】●片栗粉(打ち粉として使用) 適宜

【作り方】

《クルクル抹茶いこ餅》

- ①プレーン生地を作る。ボウルにいこ餅粉と砂糖を入れ、混ぜる。
- ②湯80ccを入れ、しっかりとこねる(耳たぶくらいの固さが目安)

- ③クッキングシートを敷いた台の上で、10cm×20cmぐらいの長方形になるように薄く伸ばす。



- ④プレーン生地と同様に抹茶生地を作る。



- ⑤プレーン生地の上に抹茶生地を乗せ、幅10cmの方を手前に置き、空気が入らないようにクルクル巻く。



- ⑥生地がなじむようにコロコロと転がして長さ20cmぐらいの棒状にし、好みの厚さに切る。



《黒糖のクルクルいこ餅》

- ①プレーン生地を作る。(上記の①～③を参照)

- ④プレーン生地と同様に黒糖生地を作る。(黒糖はあらかじめ湯に溶かしておく)

- ⑤黒糖生地の上にプレーン生地を乗せ、幅10cmの方を手前に置き、空気が入らないようにクルクル巻く。

- ⑥生地がなじむようにコロコロと転がして20cmぐらいの長さの棒状にして、好みの厚さに切る。

### ココがポイント!

冷めると生地が固くなるのでお湯を加えたら手早く作業しましょう。

「いこ餅」の由来上がり。いこ餅を食べたことのない子どもたちも、その見た目にきつとワクワクしてくるはず。ぜひお試しください。



【料理監修】  
本坊 眞里子さん(左)  
鎌下 直子さん(右) 母娘

親子二代にわたる、料理研究家。母娘ともに食生活アドバイザー資格取得。企業が主催する料理教室の専属講師を務めるなど、幅広い分野で活躍中。

いこ餅は、いった餅米を粉にし、熱湯と砂糖を加えて作る鹿児島の祝い菓子で、節句の時期などに各家庭で作られ、近隣に配られる風習がありました。家庭で作られていた、いこ餅は黒砂糖を使用した素朴なものでしたが、現在、市販されているもの多くは、白砂糖を使用した上品な見た目となっています。

## 抹茶と黒糖の クルクルいこ餅



素朴な味と独特の柔らかさが人気のいこ餅。プレーン生地とアレンジ生地を重ねてクルクルと巻いていけば、見た目もかわいらしいクルクルいこ餅の完成!

「いった米の粉から作られる餅」から名前がついたといわれるいこ餅。ほのかな香ばしさと独特の柔らかさを楽しめる、素朴な味わいのお菓子です。

今回は、基本のいこ餅生地に抹茶パウダーを加えて作った抹茶生地と黒糖を使用した黒糖生地を使った「クルクルいこ餅」をご紹介します。

白砂糖を使用したプレーン生地と抹茶と黒糖を使用したアレンジ生地ができたら、2つの生地をそれぞれ重ねて、クルクルと巻いていきますよ。食べやすい大きさにカットしたら、渦巻き模様がかわいらしい「抹茶と黒糖のクルクルいこ餅」の出来上がり。