


# かいもち

《大島地方》 主食兼おやつとして食べられていた「かいもち」。餅をつくように「かく(混ぜ合わせる)」ことからその名がついたように、練り混ぜ加減がポイントです。芋のおかげで普通のお餅に比べてソフトな食感で、時間がたっても固くなりません。

<p>材 料 [4 人分]</p>	<p>さつまいも 1 個(200g) 餅 1 個(40g) よもぎ粉 1g 塩 少々 小麦粉 小さじ 1/2 程度 きなこ 大さじ 3(18g) 砂糖 小さじ 2</p>	
<p>作 り 方</p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. さつまいもは皮をとり 1cm 厚さに切り、水にさらす。鍋にさつまいもと餅を入れ、ひたひたになるまで水を入れて煮る。</li><li>2. 柔らかくなったら水気を切り、よもぎ粉を入れてさつまいもと餅をつぶして混ぜる。 (あればフードプロセッサーにかけると、簡単になめらかになる)</li><li>3. 塩を加えて混ぜ、小麦粉で硬さを調節する。甘さが足りなければ砂糖(分量外)を足す。8 等分して、軽く濡らした手で一口大に丸める。</li><li>4. ボウルにきなこ砂糖を混ぜ合わせ、③の半量にまぶして形を整える。</li></ol>	