

江津食 津彩

江津の郷土料理や
四季折々の旬の食材を手軽に楽しめる
レシピ集を作りました。
ふるさとの味をお楽しみください。



まき

田植えが終わると「泥落とし」といって、体についた泥をきれいに落とし、隣近所の人と集まってご馳走を作り、農繁期の労をねぎらう習慣がありました。

今月のレシピ「まき」は、その時作って食べられていた、柏餅をまきしばの葉で作った和菓子です。

作るときは、山に自生するまきしば（サルトリイバラ）の葉っぱの調達から。

蒸すととても良い香りが出て、おいしい団子ができます。緑色の濃い葉で作ると、団子が葉にくっつきにくく、食べやすくなります。

石見地方ならではの伝統の味を、家庭でも味わってみましょう。

【材料（10個分）】

だんごの粉 200g 湯適量 こしあん（または粒あん） 250g まきしばの葉 10枚

【作り方】

- ①だんごの粉に湯を少しずつ入れ、耳たぶくらいのやわらかさになるまで、しっかりとこねる。
- ②こねた①を平たく伸ばし、あんをのせて包み、まきしばの葉で巻く。
- ③蒸し器に②を並べ、葉の色が変わるまで蒸す。

※ワンポイント

片栗粉を軽くまぶしてから葉に包む、葉をほんの少し油をたらした水で濡らすなど、葉からはがれやすくする工夫もいろいろあります。

編集部だより

災害への備えは、想定外をどれだけ減らせるかがポイントだと防災訓練の取材から学びました。備えあれば憂いなしとは、昔から言われます。未来は過去の備えによって変えられると気づく時、今できる備えの大切さが、より確かに感じられます。（坂根）

7ページにも掲載していますが、全国広報コンクールで「かわらばん」の写真が入選しました。モデルは川平駅に野菜を届ける井上さん。集荷のトラックがなかなか来ないことを心配した井上さんに声をかけられたのが、撮影のきっかけでした。
駅は出会いの場所。行けば私と井上さんのように、新たな出会いが待っているかもしれない（吉岐）

ごうつ防災メール
登録用バーコード



この広報紙は地球に優しい、石油をあまり使用しない
植物油インクを使用しています

