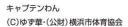
# 命信与つき

ペッタンペッタンおもちつき。

「日本の伝統行事」を、みんなで楽しく体験してみよう。 初めての人でも、簡単に行えます。



〈準備するもの〉 ★印のものはセンターで貸出します。

- ★餅つきセット(臼・杵(きね)大小・せいろ・蒸し布・たち釜・かまど・金バケツ・ひしゃく)
- ★食缶セット(鍋や包丁など、調理器具一式。 トレイ・しゃもじはこちらにあります。)
- ●食材(もち米・のり・あんこ・きな粉 等、お好みに合わせて。) 雑煮を作る場合は、その食材
- ●調味料、ラップ、密閉容器(お持ち帰り用)
- ●はし、軍手、ふきん、洗剤(食器洗剤・クレンザー)ゴミ袋、新聞紙、マッチなど

### くもちつきのやり方>

- もち米の量の目安 1人100g(年齢や副食によって変わります)
- 1回につく量の目安 2~3kg:2升程度(1個のせいろに入れる量)

### 1. 前日

餅をとぎ、たっぷりの水にひたしておきます。(半日くらい) \*1回につく量ごとに分けて浸しておくと良いです。

# 2. 水揚げ

餅を蒸かす30分前にザルへあけます。

### 3. ふかす

釜に水またはお湯を張り沸騰させます。

その間にせいろに濡らした蒸し布を敷き、ザルにあげたもち米をせいろに入れます。

もち米の中心をくぼませ、周りの蒸し布をかぶせます。

釜の湯が沸騰したらせいろを乗せ、一番上にフタをします。

### (せいろは三段まで可)

火が強すぎると一番下のせいろが燃えてしまうので注意! 釜の湯が少ないと蒸し上がらないので、湯を足していきます。 ふかしている間に臼・杵を洗って、つく準備をしておきましょう。 30~40分で一番下のせいろの米が蒸しあがります。

蒸し終わったもち米も、食べるとおいしいですよ。







### #ふかしている間に…

おもちの食べ方(からみもち、お雑煮、おしるこなど)に合わせて、具を用意します。 からみはきな粉やあんこ、しょうゆのりなどが向いています。 お雑煮やおしるこのおもちは焼くとおいしいですよ。

### 4. つく

蒸し上がった米をせいろごと臼へ運ぶ。

きねでもち米をすりつぶします(うすの周りを回りながらやるとやりやすい)。もち米の粒がなくなってきたら、つき始めましょう。

最初に何回かついたら、もう一人がついているおもちを「かえし」ます。 テンポはかえし手の人がとります。

つき上がったら、少量のお湯をいれたボウルに移します。







すりつぶす

つく

かえす

# 5. ちぎる

ボウルに入ったおもちをちぎります。 からめもちの時はここで同時にからめてしまいましょう。 おもちは冷めると急に硬くなってしまいます、早めに食べましょう。



ちぎる

# 6. 片づけ

臼、きね、せいろ、もちがついたものは早めにお湯に浸し、洗ってください。

## <注意事項・その他>

### ◆安全について

- ①食材管理や手洗いをしっかり行い、衛生面に気を付ける。(かえし手やちぎり手は、特定の人が行ってください。)
- ②火の近くや、もちをついている近くには気をつける(特に子どもは興味があるので)

### ◆その他

①貸出し物品は他の利用者も使うので、破損などに気をつけ、キレイにして返して ください。

