



なごし はらえ た わがし みなづき
夏越の祓に食べたい和菓子☆水無月



「夏越の祓」とは、6月晦日
に行われる穢れを祓う
行事。半年間でたまった穢
れ、災厄の原因となる諸々
の罪・病を祓い清めます。



ざいりょう こぼん
材料 12個分

あさがたかく
浅型角バット 248×200×31mm

はくりきこ
・薄力粉 80g

かたくりこ
・片栗粉 20g

さとう
・砂糖 80g

みず
・水 300 cc

あまなつとう
・甘納豆 100g

ゆ あずき
(または茹で小豆)

① はくりきこ かたくりこ
薄力粉と片栗粉をふるいます



② ①に さとう くわ
砂糖を加えます



③ みず くわ
水を加えて、ゴムベラで
だまがなくなるまで混ぜます



④ ③を 50cc のこ のこ
を 50cc 残し、残りをバットに
裏ごしをしながら入れます





ちよっぴり豆知識

みなづき た やくはら
水無月を食べて厄払い

きょうと み
京都では6月30日に「水
なづき かし た
無月」というお菓子を食べる
しゅうかん
習慣があります。

むかし てんねん ひょうせつ ひむろ
昔、天然の氷雪を氷室に
たくわ こおり
蓄え、6月30日に、その氷は
きゅうちゅう けんじょう ひむろ
宮中へ献上されました。氷室
の氷を口にすると夏痩せしな
いと信じられ、臣下にも氷片
が振る舞われたようです。

しかし、庶民にとって夏の氷
はとても貴重で、まして氷な
ど簡単に食べられるものでは
ありません。

そこで、宮中の貴族になら
って氷をかたどったお菓子が
つくられるようになりました。

「水無月」の三角形は氷室の
ひょうへん あらわ うえ
氷片を表したもので、上の
あずき やくはら いみ あらわ
小豆は厄払いの意味を表して
います。

- ⑤ じょうき あ む き なか
蒸気の上だった蒸し器の中に
バットをい
入れます
(やけどに注意)



- ⑥ む き ふた ふきん
蒸し器の蓋に布巾をかけて、
よわ ちゅうび ふん む
弱めの中火で 30分蒸します



- ⑦ あまなつとう なら
甘納豆を並べます
(やけどに注意)



- ⑧ のこ なが
②の残り 50ccを流しいれ、
ふんかんよわ ちゅうび む
10分間弱めの中火で蒸します



- ⑨ む たらねつ と
蒸しあがったら粗熱を取り、
れいぞうこ ひ
冷蔵庫で冷やします
かた き わ
固まったら切り分けます



- ⑩ かんせい
完成です！

