

おもちつき



キャプテンわん
(C)ゆず華・(公財)横浜市体育協会

ペタンペタンおもちつき。

「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

<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和良好的。



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にとります。
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。
おもちが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。

