



作ってみませんか？ 食べて見ませんか？

東村山市の懐かしい・素朴な郷土料理
「ゆでまんじゅう」の作り方



材料(10個分): 小麦粉(薄力粉)200g
あんこ(適量) 熱湯 110cc

あんこは既製、またはご自身で
小豆を煮て作ってくださいね。



① あんこは 500 円硬貨ぐらいの大きさのものを 10 個作り、丸める。

② 小麦粉 200 g をボールに入れ、熱湯を少量ずつ入れながら、箸などで混ぜる。(この時やけどに注意！)



③ 小麦粉がまとまると、さらに力を入れ、こね、棒状にする。



④ 棒状のものを 10 等分に分割し、餃子の皮のように丸い形にする。



⑤ ④に①を入れ、まんじゅう形にする。



⑥ 大きめの鍋で湯をわかし、⑤を入れ、12~13分ほどゆでる。(その時⑤が鍋底につかないように注意！)

⑦ まんじゅうがゆであがって浮いてきたら、ザルなどにあげ、湯切りすれば、できあがりです。



できあがり！

アイデアひとつで！

皮によもぎを入れて、草もち風！また焼きたらこを練りこんでもピンクの可愛いまんじゅうになります。春菊、青のりを入れても・・・

あんこの代わりにとろけるチーズを入れるなど、代わり風ゆでまんじゅうができ、楽しい時間を過ごす事ができます。試してみたいはいかが？