

わらび餅?くず餅?



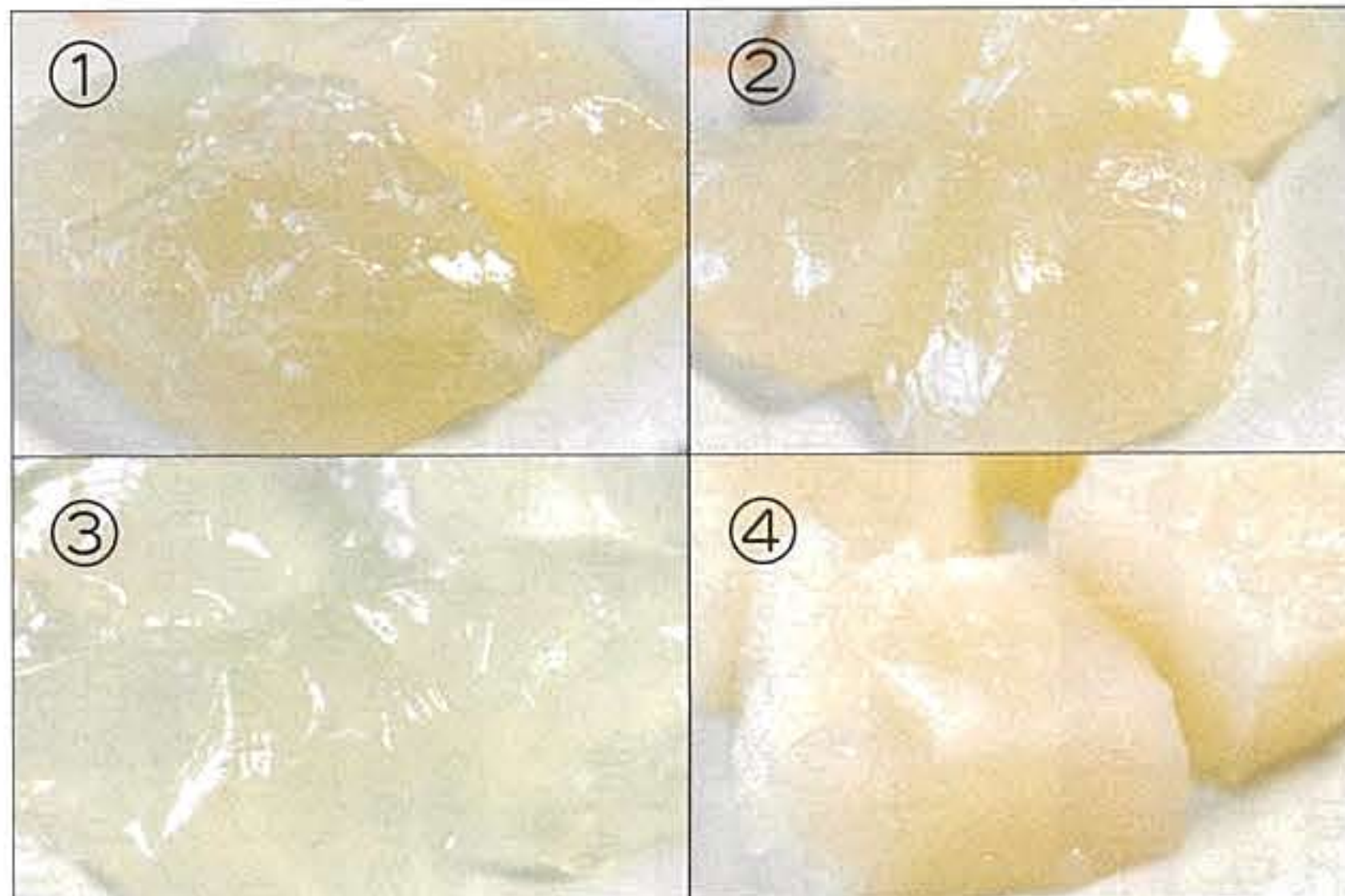
Q 4月号のクイズの答えがわらび餅でした。わらび餅とくず餅は見た目や食べ方がほぼ同じだとおもうのですが、違いはありますか?

A、わらび餅（蕨餅）とくず餅（葛餅）の違いは材料で、それぞれの名前にある植物のデンプンを精製した粉を使っていることです。それにより見た目や食感に違いが出ます。わかりやすい特徴として、わらびのデンプンを使ったわらび餅は黒っぽい色になります。

見た目が同じものがあるのは、名前にある植物以外のデンプンから、食感が近いものを作ることができるためです。そのため、わらび餅とくず餅の原料として販売されているわらび粉、くず粉には、他の植物のデンプン（サツマイモなど）から作られているもの（わらび餅粉など）があります。それぞれの名前にある植物由来のデンプンだけを使って作った粉は本わらび粉・本くず粉として分けられています。

調べてみると、わらび餅もくず餅も作り方がそっくりでしたが、わらび餅は粉と砂糖を水に溶かしてから、茶こしで濾してから火にかけるレシピが多く、くず餅は氷水で冷やすレシピが多くあった印象です。しかしながら、わらび餅・くず餅ともに古くから食べられているお菓子であることから、作り方でこれが違いであると断言できるものがなく、大筋は同じでもところどころ違いがあり、様々な作り方がありました。

見た目が同じわらび餅、くず餅があるのは、作り方の他、本わらび粉・本くず粉ともに高価であるため、これらの餅を工夫によって色々な人が食べられるようにしたものであることが調べていてわかりました。



◀今回、本わらび粉は入手できなかったため、本くず粉とわらび餅粉（サツマイモ澱粉100%）を使い、作り方や材料の割合を変えて、わらび餅とくず餅を作ってみました。

①と②は作り方や分量は一緒で、色味に違いは出ませんでした。③は、わらび餅粉の袋記載のレシピを参考に、水：わらび餅粉：砂糖＝10：1：1の割合で作りました。④は調べた本わらび粉のレシピを参考に水：わらび餅粉：砂糖＝3：1：1で作り、餅のような白っぽい見た目で弾力のある団子のような食感になりました。

①と②のくず餅

本くず粉①、又は
わらび餅粉② 20g
砂糖 5g 水 100cc

作り方

- (1)鍋に材料を入れ、ヘラで粉をつぶしながら混ぜて溶かす
- (2)中火にかけて、ヘラで混ぜる
- (3)ふつふつと沸き、全体が透明になってねばりが出たら別の容器にあけ、氷水で器を10分～15分冷やし、一口大に切り分ける

※両方とも、きなこをかけたり、まぶしたりしたもの、黒蜜をかけてお召し上がりください。

③と④のわらび餅

わらび餅粉 30g ③、80g ④
砂糖 30g ③、80g ④
水 300ml ③、240ml ④

- (1)ボウルに、粉を入れ水を少しずつ加え、粉のかたまりを潰しながら溶かす
- (2)①をざるで濾しながら鍋に入れ、火にかける前にグラニュー糖を加えて溶かす
- (3)鍋を中火にかけ、ヘラで生地が半透明になり艶が出て、強い粘りが出てくるまで混ぜる
- (4)強いねばりがでたら型にあけ常温に置いて粗熱をとり、一口大に切り分ける

※食べる前に冷蔵庫で30分ほどひやしても美味しい（硬くなるので冷やしすぎに注意）

コプ子さんの「農」ある風景



農産担当のコプ子さんが、産地や生産者、野菜や果物について紹介する「コプ子さんの「農」ある風景」。産直だけでなく、もっと広く「農」の世界に飛び込んでお届けします。産地の様子や生産者にスポットを当てていきます!

笑顔とぬくもりをお届けします!「あまゆう」の産地、千葉県多古町旬の味産直センター

多古町旬の味産直センターの野菜は、さつまいも「あまゆう」「シルクスweet」を始め、にんじん、きゅうり、じゃがいもなど、一年を通して案内されています。コプあおもりだけでなく、北海道から、長野、大阪など、全国の生協に多種の野菜を出荷しています。

生協に野菜を出荷することで、直接組合員さんからの声が届くことがとてもうれしい!と生産者の皆さんはおっしゃいます。おいしかった!という声はもちろん、おいしくなかった...という声も「じゃあ今度はこうしてみよう」という気持ちにつながるそうです。私たち消費者は、暑い日にも土と向き合い一生懸命作業をしている生産者の姿を思い浮かべ、感謝とともにいただくことを忘れてはならないと思います。

さて、産地の「人」に注目したいコプ子さん、多古町旬の味産直センターの井原専務をご紹介します。「野菜を愛する、笑顔の素敵なアツい男!」な井原専務は、野菜知識のまだまだ浅いコプ子さんの先生のような存在です。初めてお会いしたとき、井原専務からあふれる熱いオーラを感じ、その後も慕わせていただいています。わからないことがあれば遠慮なく質問をぶつけています。井原専務はいつでも時間を割いて丁寧に、ご教授くださいます。産地の皆さんは本当に優しく温かい方ばかりなのです!

生産者の想いや、Weekで案内された野菜のルーツを知ることができるのは生協の魅力の一つ。多古町旬の味産直センターの野菜、今後の予定はにんじん、じゃがいも、8月からはさつまいも「シルクスweet」も始まります。ぜひ皆さん、産地へのメッセージをいただければ、コプ子さんもととてもうれしいです。



成田空港から車で25分ほど、自然豊かな千葉県香取郡多古町に出荷場があります。



多古町旬の味産直センターと言えば、大人気の「あまゆう」です!この日も出荷を待つかわいいあまゆうさんたちがピカピカ!



生産者のひとつ、ゆふあーむさんでのにんじんの選果の様子



産地から運ばれたにんじんを、一本一本手に取って重量を確認しながらパックしていきます。



笑顔あふれる生産者「ゆふあーむ」の境野さん(上)と、多古町旬の味産直センターの井原専務(下)。産地の皆さんは本当に温かい方ばかり!

