

12. こうせん

最上地方

材料

米	5カップ
とうもろこし	3カップ
大豆	1カップ
(大麦を入れてもよい)	
砂糖	
塩	

用具

- 製粉機
- 粉ふるい
- ボール

作り方

米・とうもろこし・大豆を煎る。

材料を別々に製粉する。

配合して砂糖、塩で味付けする。

配合割合は好みでよい。

ポイント

- 製粉は米・とうもろこし・大豆と別々にし、食べる時に調合する。
- 製粉する場合は、多少粗めの方がよい。
- 湿気をよび、香ばしさを損なうので密封出来る容器で保管する。

寒晒粉の作り方

米を製粉して、くじら餅、ゆべし、だんご、しそまき等一年中使用するが、夏になると虫がついて品質が悪くなるので、寒晒粉にすると一年中品質をおとさずに使える。

寒中の凍りつく夜に、もち米・うるち米を別々にしてきれいに洗い、一晩水にさらす。

このとき、水面に氷をはらせ、その

後、米の水気を切り、乾燥させ、製粉する。

もち米、うるち米は別々に製粉し、使用目的に合わせて、配合割合を調節し、だんご、くじら餅、しそまきゆべし、餅つき用のとり粉などまで広く使用する。

(舟形町)

小野達子

おぼえがき

冬場に“とうもろこし”を

- とうもろこしを一本のまま、皮をつけて冷蔵庫へ、食べる直前皮をむいて塩を入れ20分位茹でる。
- 粒で利用したい時は夏期にゆでて粒にしてラップなどに包み冷凍する。卵焼きに味付けご飯に、野菜炒めに、スープ用に、そのままバター炒めに、魚料理の付け合わせに利用する。