

10. 甘酒

最上地方

材料	
もち米	1.5 kg
麹	3 kg
砂糖	1 カップ
酒	1 カップ

用具

- 炊飯器
- かめ

作り方（準備）

- もち米をよく洗い浸水しておく。
一晩水につけたもち米を固めのお粥にして炊く。
お粥をへらでかき混ぜながら荒熱をとる。（80 位）
麹をよくほぐして、1/3 を加え手早く混ぜる。
残りの麹を更に加える。
（最後に加えた時 60 位になってい

るよう調節する）

かめなどに入れて毛布などで包み保温する。

温度が下がるので、8 時間前後に取り出して、湯煎にして 60 に温度を上げる。

甘味が十分出れば上の方に液が出てくる。

ガス炊飯器で作る方法

もち米を炊き、小分けして麹を混ぜるまでは同じ。

ガス炊飯器の種火をつけながら保温する。5～6 時間経つと淡黄色の液が上に出てくる。

温度が下がったら、湯煎にして 50～60 位に上げる。

これを 5～6 回繰り返すと美味しい甘酒が出来上がる。

ジャーで作る方法

もち米を炊き、小分けにして麹を混ぜ合わせるまでは同じ。

あらかじめ温めておいたジャーに

移し、保温する。

ジャーの温度は一度下がるので、途中で一度ジャーから取り出して湯煎にし、60 に温度を上げて再びジャーに移し保温する。

ポイント

- ご飯の温度が高いうちに麹を入れると、こうじ菌が死んで甘くならない。
- 保温用の電子ジャーは温度が高すぎるので毛布に包んだり、こたつに入れて、60 を目安に保温。
- 出来上がったら沸騰させ発酵をおさえおくと酸っぱくなるのを防ぐ事が出来る。

（最上町 しゃくなげ会）

笹原 ミツエ