

3. ゆべし

村山地方

< 材料 >	(2 0 コ分)
米の粉 (目の細かい良質の粉)	4 0 0 g
白さとう	1 3 0 ~ 1 5 0 g
味噌	2 0 0 ~ 2 5 0 g
おにくるみ	5 コ
水	1 9 0 cc
(白いゆべしには、味噌をいれない。)	

用具

- 蒸し器
- ボール
- 竹のはし又はへら
- 皿又はすだれ
- うちわ

作り方

米の粉に、白さとう、味噌をいれて、水を少しづつ加え、はし、又は、へらで混ぜ合わせる。堅さ加減は、耳たぶよりやや柔らかいくらいがよい。

混ぜ合わせたら1時間ほど、そのままにしておく。

1時間以上おいたものをだ円形のゆべし大に作り、蒸し器に敷き布を敷いたうえにおき、くるみをおく。

あらかじめ沸騰させておいた蒸し器で40分間強火で蒸す。

蒸し上がったら火を止め、皿又はすだれにとり、ゆべしにつややかさがでるよううちわであおぐ。やわらかさを保つため、人肌位にさめたら、ラップにつつんでおくとよい。

ポイント

強火で蒸す場合途中でふたとらないこと。

どんなとき食べるか

男児のすこやかな成長を祈る5月5日の端午の節句に、山形周辺では、ゆべしや柏餅を食べている。

(山形市 つくし会)

永野えい子