

22.石垣もち (別府・大分・全域)

さつまいもと小麦粉を使った石垣餅は、冬から春にかけて農作業中に食べる“小昼”としてよく作られていたおやつである。

さつまいもがゴツゴツと見える姿が石垣に似ていることから、この地方では石垣もちと呼ばれているが、県内全域で作られており、「イモを切り込んだらすぐできるから“きりこみもち”」「イモをこね込んだらすぐできるから“こねこみもち”」などと、県内でも地方によって名前が異なっている。

名前が異なるだけでなく、さつまいもの切り方や大きさ、使う小麦粉の分量も異なり、小麦粉の分量を極力おさえ、小麦粉でさつまいもをつないだだけのようなものから、生地をふっくらとさせたものまで、現在ではさまざまな石垣餅が作られている。

制作協力：岩田典さん、徳重隆子さん（杵築市生活研究グループ）

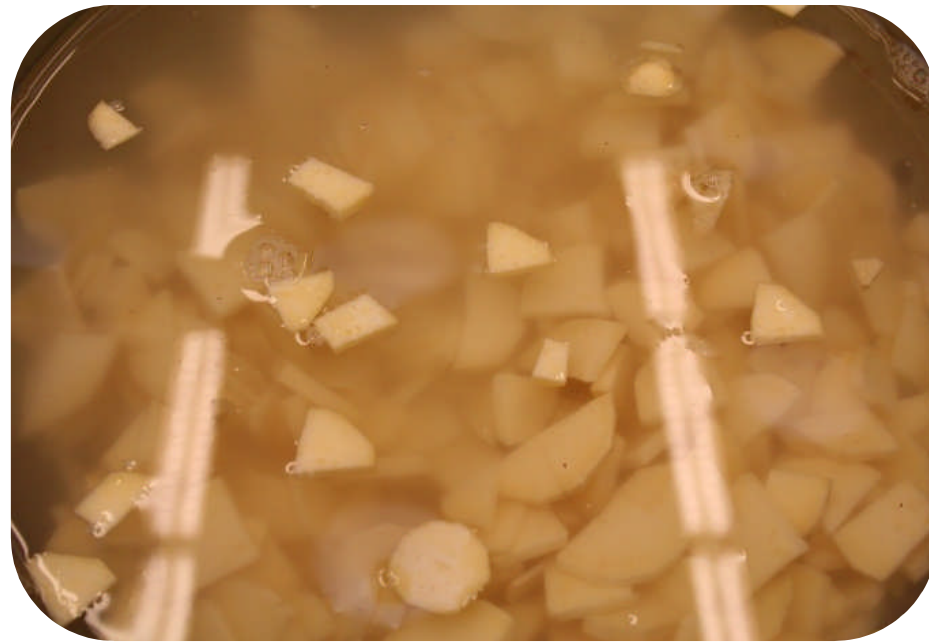
【材料】 1個あたり70g位で20～21個分

- ・小麦粉 500g
(中力粉)
- ・さつまいも 正味650g
- ・砂糖 75g
- ・塩 12g
- ・ベーキングパウダー 10g
- ・水 125cc位

※こねながら加減する



①サツマイモの皮をむき、1.5cm角で厚さ2～3mmの大きさに切る。
※きれいなサツマイモなら、皮をむかなくてもキレイ。



②水に浸けて、アクを抜く。



③アクが抜けたら水を切る。



④砂糖をまぶして、サツマイモから水分が出てくるまで、少しおく。



⑤ベーキングパウダーを混ぜた小麦粉を④に入れ、イモに粉をまぶすように混ぜる。



⑥塩を溶かした水を、少しずつ入れながら、よくこねる。
水の分量は加減する。
※一度に全部入れないように。



⑦生地が手につかないようになったら、こね完了。



⑧手で丸める。



⑨蒸し布を敷いた蒸し器に並べる。



⑩湯気の上だった蒸し器で、約15分間蒸す。



⑪サツマイモに火が通ったら、完成。

