



# 柏餅



## ～由来～

柏餅はその名の通り、餅を柏の葉で巻きます。

柏の葉で餅を巻いたのは、「春の新芽が出るまで枯れた葉が落ちない」という柏の葉の特性を、「家系が途絶えない」という縁起に結び付けたためといわれています。

江戸時代ごろから、武士階級では子孫繁栄を願って端午の節句で食べられるようになり、それが一般に広まったことで人気の和菓子となりました。

## ～柏餅の作り方～

柏餅作りに使用するのはうるち米からできた上新粉を使うのが一般的です。

冷めた後もモチモチした食感を楽しみたい方は、もち米からできた白玉粉も使うのがオススメ！

今回は、上新粉と白玉粉の両方を使用したレシピをご紹介します。

### 材料【6個分】

#### ☆生地

・上新粉 100g ・白玉粉 25g ・砂糖 12g ・水 170cc

#### ☆仕上げ用

・こしあん 100g ・柏の葉(小) 6枚

1. こしあんは6等分にして、丸める。
2. 耐熱容器に白玉粉、砂糖を入れて混ぜ、水を何回かに分けて加え、都度混ぜる。
3. 上新粉を加え、なめらかになるまで混ぜる。
4. ふんわりとラップをし、600Wのレンジで1分30秒加熱してよく混ぜる。
5. 再度ふんわりとラップをし、600Wのレンジで1分30秒加熱し、よく混ぜる。  
さらに1分、同様に加熱し、混ぜる。
6. クッキングシートの上に出し、角を折りたたみながら、耳たぶくらいの固さになるまでこね、粗熱をとる。
7. 生地を6等分して丸めてクッキングシートにのせ、楕円形に伸ばして真ん中を薄くする。  
こしあんを乗せて半分に折りたたみ、柏の葉で包めば完成！

レンジで作れる  
レシピです！



クラシル参照

1個当たりの栄養価:エネルギー80kcal たんぱく質 1.3g 脂質 0.2g 炭水化物 15.4g 塩分 0g