



# 8月の行事食

## 8月の主な行事と行事食

○ 地獄の釜の蓋おこし・・・かまやき

### かまやき



#### 【材料（約20個分）】

もち粉	25g
薄力粉	475g
塩	大さじ1/4
砂糖	大さじ1/4
よもぎ	適量
水	適量
油	適量
(粒あん)	
小豆	300g
砂糖	300g
塩	少々

#### 【作り方】

- ① まず粒あんを作る。  
鍋に小豆とかぶるくらいの水を入れる。火にかけ、沸騰したら湯を捨てる。この作業をさらに2度繰り返して、アク抜きをする。
- ② アク抜きが終わったら、鍋に小豆と小豆の4～5倍の水を入れ、火にかける。沸騰したら弱火にし、指先でつまむと簡単につぶれるくらい、やわらかくなるまでゆでる。
- ③ やわらかくなった小豆をざるにあげ、水気をきる。
- ④ 小豆を鍋に戻し入れ、砂糖を2～3回に分けて加え、一煮立ちさせる。火を止め、十分冷めるまで置く。
- ⑤ 再び中火にかけ、水分が少なくなるまで、豆をつぶさないように、やさしく鍋底から混ぜながら煮ていく。ぽってりしてきたら、塩を加え味をととのえる。等分に丸め、これを平たくつぶしておく。
- ⑥ 生地を作る。  
たっぷりの湯に重曹とよもぎを加えてゆで、水気を絞る。ミキサーに入れ、ミキサーがまわるくらいの水を加えてまわす。
- ⑦ もち粉と薄力粉、塩、砂糖をボウルに入れて混ぜ合わせる。ここによもぎを加え、さらによく混ぜ合わせる。
- ⑧ ホットプレートを熱し、油を薄く敷く。生地をお玉に半分ほどすくい、そこに平たくしたあんこを入れる。箸で生地をあんこにかぶせながら、ホットプレートに流し入れ、丸く形作る。薄く焼き色がついたら、裏返し、ふたをして焼いていく。残りも同様にして焼く。
- ⑨ 両面に焼き色がつくと出来上がり。

#### 地獄の釜の蓋おこし・・・

8月1日は「地獄の釜の蓋おこし」や「釜の蓋開き」といわれ、地獄の釜の蓋が開くので、川に入ってはいけない日と言われていました。この日にかまやきを作って食べたそうです。昔は食用油が不足していたため、たてりの葉で包んで焼いていたとも言われています。昔からのおやつとしても親しまれており、出来たてはあつあつで不思議な食感が楽しめます。現在でも作り継がれています。

～毎月19日は食育の日～