

認定番号	246	氏名	槻館 良子
料理名	ひつつみ		
料理の紹介 (いわれ、特徴)	「ひつつみ」は、特別なご馳走ではないが、みんなで食べて体も心も温まる汁物。県北地方で昔は、主食として夕食に食べることが多かったが、今は多くの人が集まったとき、農作業手伝いを頼んだとき、ご飯が少し足りないときなどに良く作られる。		
材料と分量 (6人分)	<p>○ひつつみ生地 小麦粉（ナンブコムギ） 250 g 水 125ml 塩 2 g</p> <p>○つゆ だし昆布 3 cm角 3 枚 煮干し 15本（30 g） 水 2L 薄口しょうゆ 大さじ 4 ねぎ 1 本 ※かつくい入りの場合・・・かつくい150 g</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin-left: auto; margin-right: auto;"> <p>かつくいは、県北地域の呼び名で県央、県南では、ぼりと呼ばれるきのこ</p> </div>		
作り方	<p>○生地</p> <ol style="list-style-type: none"> ふるいにかけて小麦粉と塩をボウルに入れ、水を2回くらいに分けて少しずつ加え、粉全体に水が馴染みまとまってきたら、更に手に付かなくなりしっとりと滑らかになるまでしっかりこねる（10分位）。 こね終わったら丸くまとめ、表面に片栗粉（分量外）を薄くまぶし、ビニル袋に入れ、冷蔵庫に入れて半日ほど置く。 <p>○つゆ</p> <ol style="list-style-type: none"> 鍋に水2Lと昆布、煮干しを入れ、一晩おく。 1を蓋をしないで火にかけ、沸騰する直前に昆布を取り出し、沸騰してきたらアクをすくい、5分位煮てから煮干しを取り出す。 <p>○ひつつみ</p> <ol style="list-style-type: none"> ひつつみの生地を3つに切り分け、そのひとつを両手で伸ばして、食べやすい大きさにちぎって、つゆが煮立っているところに入れる。 切り分けたひつつみ生地の2つ分を入れたら、しょうゆ大さじ3を入れる。 つゆの煮立っているところに、残りのひつつみ生地も全て入れ、ひつつみが全部浮き上がってから1分ほど煮て味見をし、残りのしょうゆで味を整え、火を止める。刻みねぎを上を散らし、 		

	<p>器に盛り付ける。</p> <p>※かっくい入り</p> <p>1 採ってきたかっくいはごみを取り軽く汚れを落とし、鍋にたっぷりのお湯を沸かし、その中に入れてひと煮立ちしたらザル上げし、水で洗い汚れを落とし、ザルにあげ、つゆに入れる。</p>
<p>料理・技術のポイント及び工夫している点</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ひつつみ生地に加える塩の量を季節で加減している。（ひつつみ生地の固さを同じにするように、夏は3g、冬は2g） ・冷蔵庫に半日ほど置いたひつつみ生地が固いとき、また固めにこねてしまった時は、湯せん等で温めて柔らかくすると伸ばしやすくなる。 ・生地は手に付かなく、つやが出るまでしっかりこねる。 ・煮立っているところにひつつみを入れることによって、歯ごたえのあるひつつみになる。 ・しょうゆで調味した汁にひつつみを入れると、ひつつみが固くなり、また調味しないだし汁でひつつみを長く煮ると、柔らかくなりすぎるので、しょうゆは途中で一度加え、最後に味を調整する。 ・かっくいは茹で上げて冷凍保存することで、1年中使用できる。