

KUMAMOTO

宇城

UKI

生姜黒糖かりんとう 高村 ひろ子



材料(60本分)

A
小麦粉(薄力粉) ……250g
小麦粉(強力粉) ……250g
白ごま ……大さじ 1.5
塩 ……2.5g
砂糖 ……5g

B
生イースト ……40g
生姜繊維 ……30g
卵 ……半個
はちみつ ……大さじ1
サラダ油 ……5cc
牛乳 ……400cc

C
黒糖 ……75g
砂糖 ……25g
塩 ……2.5g
サラダ油 ……11cc
生姜汁 ……50cc
グラニュー糖 ……適量

作り方

- ①生姜をすりおろして汁と繊維に分けておく。
- ②Bの材料を混ぜる。
- ③AとBを混ぜ合わせてこねる。ビニールの袋などに入れ50分程寝かす。
- ④まな板などに粉を敷き、めん棒で伸ばして切る(切る大きさを均一にする)。
- ⑤160℃位の油で揚げる(2度揚げにする)。
- ⑥Cの材料を鍋にかけ、弱火にして泡が小さくなってきたら⑤をからめる。
- ⑦⑥をバットに移し、グラニュー糖をまぶす。

料理に
まつわる話

生姜は、今話題の体を温める燃焼系の食べ物です。丸ごと使って、黒糖も加え日持ちのお菓子にしました。

まめ
知識

生姜には、血行促進作用・鎮痛作用・抗炎症作用などがあると
いわれています。