

ひじきの2色あんまん



ポイント

ひじきの黒さがより引き立つように黒ねりごまを加えたところかぼちゃと紫芋のあんを包むことで、色鮮やかで目で見ても楽しめるようにしたところ

材料

かぼちゃ	300g
砂糖	大さじ2
無塩バター	10g
塩	2つまみ
紫芋	330g
砂糖	大さじ2
無塩バター	20g
塩	2つまみ
薄力粉	200g
強力粉	150g
ベーキングパウダー	7g
牛乳	150cc
砂糖	50g
塩	2つまみ
黒ねりごま	大さじ3
ひじき	40g

かぼちゃあん

- ① かぼちゃは種をとり、皮をむき、一口大の大きさに切る。耐熱皿にかぼちゃを入れ、200gずつ600wで4分ラップをして電子レンジにて加熱する。
- ② ①をボールに入れ熱いうちにマッシャーでつぶす。鍋に無塩バターを入れ火にかけ、溶けたらかぼちゃを入れ砂糖・塩を加えてよく混ぜる。

紫芋あん

- ① 紫芋を3cmくらいの大きさに切り、鍋に水、紫芋を入れやわらかくなるまで茹でる。茹でたら熱いうちに皮をむく。
- ② かぼちゃあんの②と同じように作る。

生地

- ① ひじきは水につけ戻しておく。戻ったら、水気をきり、細かく刻む。
- ② ボールに薄力粉、強力粉、ベーキングパウダーをふるって入れ、牛乳、砂糖、塩を加えてこねる。
- ③ ②にひじきと黒ねりごまを加えさらに全体が黒くなるまでこねる。生地をひとまとめにして、濡れ布巾をかぶせ10分寝かす。
- ④ ③を8等分し丸め、打ち粉をし、めんぼうで真ん中をあまりのばさないようにしのばす。
- ⑤ ④の上に4等分ずつ分けた、かぼちゃあんと紫芋あんをのせ包む。
- ⑥ クッキングシートを下にひき、蒸し器で15分蒸す。