

よもぎ蒸しパン

<材料> (牛乳パック2個分)

- A 卵 :4個
- A 砂糖 :240g
- A よもぎ(湯がいて絞ったもの) :70g
- A 酢 :大さじ1
- A 油 :大さじ2
- B 牛乳 :220ml(2回に分けて使用)
- C 薄力粉 :300g
- C ベーキングパウダー :大さじ2

【型・その他】

クマタケランの葉:2枚、牛乳パック:2個(パウンド型にクッキングシートをしいても代用可能)



<作り方>

【下準備】

- *湯がきよもぎは一度洗って絞っておく。
- *Cを合わせてふるっておく。

【手順】

- ① ミキサーにAを入れ、ある程度混ぜたらB(牛乳)の半分を加えてさらに混ぜる。
- ② ボウルに①を移し、ふるったCを2~3回に分けて加え、さっくりと混ぜ合わせる。
残りの牛乳を加え、さらに混ぜる。



- ③ 牛乳パックの内側にクマタケランの葉を敷き、生地を流し込む。
- ④ 沸騰した蒸し器に入れ、30分蒸す。竹串を刺して生地がついてこなければ出来上がり。



【一口コメント】

奄美で使われるよもぎは「ニシヨモギ」で一般的なヨモギより苦味が少なく、さわやかな香りが特徴です。「フーチ(病気)」を治す「バー(葉)」という意味で呼ばれているように、伝統的な薬草として幅広く家庭で利用されてきました。

レシピ提供：龍郷町役場保健福祉課