

# かしゃ餅（よもぎ餅）

材料 (40g・35~40個)

餅粉	500g
よもぎ	300~400g
※湯がいてかたく絞ったもの	
粉黒砂糖	400g
水	350~400cc
サネン葉(クマケラ)	50枚



## 作り方

- ① サネン葉は 15cm位の長さにカットしておく。
- ② よもぎは分量の水と一緒にフードカッターにかける。  
指で触ってみて、よもぎの繊維がなければOK。
- ③ ②と粉黒糖を大きめの鍋に入れ、中火にかけ、黒糖粉が溶けるまでかき混ぜる。
- ④ ③を火から下ろし、餅粉を入れ、手でよくこねる。  
※熱いので軍手をして、その上から使い捨て手袋をする。
- ⑤ ④をサネン葉に包み、沸騰した蒸し器に入れ、強火で蒸す。  
※80gは35~40分、40gは20分蒸す。



## 包み方

1. サネン葉の表にのせる。
2. 左右横側だけを折りたたむ。



## 一口メモ

奄美では旧暦の節句(3月3日と5月5日)に、子どもの健康と成長を願うために各家庭でカシャ餅が作られてきました。