

【 湖南町のかりんとう 】

湖南町は福島県の中央にある猪苗代湖の真南に位置し、その文化は会津若松の影響を受けています。

湖南町の「かりんとう」は米粉を使っているのが特徴で、他に類を見ない湖南町独自のお菓子です。会津若松にも同じようなものはないようです。

いつ頃から作られ始めたかは定かではありませんが、50年以上前からの湖南町の伝統的なお菓子として食べられています。

その昔お菓子が売られていない時代には、各家庭でお菓子を作っていました。かつて湖南町はほとんどの家が米を作る農家でしたが、収穫された米の中でも小さなものを粉にして甘みを付けて練り、薄く切って油で揚げたものを子どものおやつにしていたのが始まりのようです。

材料や作り方は各家庭によって様々ですが、簡単に作れるレシピは次のとおりです。

〔材料〕

- | | | |
|-------------|------------|--------------|
| ・米 粉……200 g | ・砂糖……120 g | ・マーガリン……40 g |
| ・小麦粉……160 g | ・塩……1つまみ | ・牛乳又は水……適量 |
| ・ミックス粉…40 g | ・卵……1個 | ・サラダ油……適量 |

〔作り方〕

1. 米粉、小麦粉、ミックス粉、砂糖、塩をボウルに入れ、粉がまんべんなく混ざるようにかき混ぜます。お好みによりごまを入れると風味が増します
2. 卵、塩、マーガリン（又はバター）を入れ、牛乳を少しずつ加えながら、だまを作るようにかき混ぜます
3. だまが大きくなってきたら、一つにまとめ時間をかけて練ります（200回位）。固さは耳たぶより少し固いぐらいが適当です。（水や粉を足して調整して下さい。）
4. かまぼこ型の棒状に伸ばします。
5. 生地が柔らかい場合や、形をきれいにしたい場合は冷凍庫に入れ硬くすると扱いが楽になります
6. 薄く（2mm程度）スライスします（柔らかい状態でもスライスできます）
7. サラダ油等（150℃の低温）で強火で泡が少なくなり、きつね色よりやや濃い色に揚げれば出来上がりです
8. 揚げたては柔らかいので、粗熱がとれるまでそのまま冷まします。
9. 完成です！

