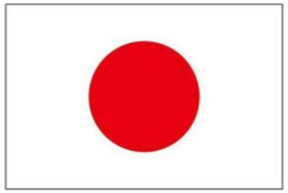

日本(宮城県)
Japan

がんづき

（調布市杉森小学校）

【　材料（給食５人分）】

粉末黒砂糖	80ｇ
水	１００cc
小麦粉	１００ｇ
重曹	1.5ｇ
サラダ油	４ｇ
酢	7cc
黒ごま	3.5ｇ

【　作り方　】

①丸型にクッキングシートを敷いておく。蒸し器に水を入れ、沸かしておく。水滴防止のため、ふたに布をかぶせておく。（給食では角型を使用しています。）
②水を温めて黒砂糖を煮溶かし、冷ます。
③ボールにふるった小麦粉と重曹を入れてホイッパーでよく混ぜ、②を一気に加えてさらによく混ぜる。
④③にサラダ油と酢を加え混ぜる。
⑤気泡が消えないうちに型に流し、上からごまをふる。
⑥蒸し器に入れ、25～30分蒸す。

ポイント

　がんづきは、宮城県の郷土菓子です。丸く蒸し上がった形をお月様に見立て、上に散らしたごまが、群れをなして飛ぶ「雁」の姿に見えることからこう呼ばれるようになったそうです。給食では使用していませんが、刻んだくるみをごまと共に散らすと、より本場の味に近付くでしょう。ふんわり、しっとりとして黒糖の香りが口いっぱいに広がります。