

かごしまの郷土菓子

「かごしまの味」－伝えたい、広めたい、郷土の“食”－



からいもねったぼ（からいも餅）

冬に食べたい古里の味

からいもねったぼは、お正月の餅をつく時、最後にサツマイモなどを使って、おはぎを作る要領で、農作業の合間のお茶うけや、子どもたちのおやつとして昔から作られてきました。

「ねったぼ」の由来は、「練ったぼたもち」とも、「ぼったぼった」と練ってつくところから名がついたともいわれています。

ほんのり甘い芋の風味で、モチとした食感が楽しめます。出来たてを食べるのが特におすすめで、つきたての餅の代わりに、市販の切り餅を使って作ることもで

きます。

その作り方は、まずあく抜きをしたサツマイモを蒸した後、その上に餅をのせて、柔らかくなるまでさらに蒸します。次に、それをすり鉢に移し、すりこぎで音がするようにつきながらよく混ぜ合わせます。最後に手で丸め、あらかじめ砂糖と塩を適量あわせて作っておいたきな粉をまぶすと完成です。

お好みで、あんこをつけたり、冷めたねったぼは網焼きにして、醤油をつけてもおいしくいただけます。

昔懐かしいねったぼを、ご家庭で作ってみてはいかがですか。

【取材協力先】

(有)蒲生農産加工

農産物の加工や地域の職場づくりのために集まった生活研究グループが2005年に法人化。現在は主に和菓子を中心に、季節ごとの旬の食材を生かした素朴で味わい深い商品作りにこだわっている。古里の味を懐かしみ、お取り寄せする方も多い。



(有)蒲生農産加工
西堂路 美鈴さん



始良市蒲生町漆 312-1
TEL.0995-52-8604