



ふじのくに  
食の都づくり仕事人

## 地産地消 レシピ

### やまぶきなでしこ 有機山吹撫子の水ようかん

「有機山吹撫子」は浜松市天竜区春野町の特定農家の有機茶葉のみを、微生物制御発酵させたお茶。ハーブティーのような甘く爽やかな香りが楽しめます。この食材を、森町「菓匠 あさおか」の浅岡英明さんに料理していただきました。



しずおか  
食セレクション

有機山吹撫子  
(通年)



※写真は粉末タイプ



### ■材料【プリンカップ5個分】

- 有機山吹撫子(粉末)／3g
- 水／320cc
- 寒天(粉末)／2g
- グラニュー糖／40g
- 白あん／300g

#### ③のポイント

こすことで茶や寒天のダマが取り除かれ、なめらかな口当たりになります

#### ④のポイント

ゆっくりかき混ぜながら粗熱を取らないと、白あんが沈んでしまうので注意

#### 栄養価 【1個分】

エネルギー:180kcal たんぱく質:3.5g  
脂質:0.4g 食塩相当量:0.1g ※トッピングは含まない  
(栄養価計算:県賀茂健康福祉センター健康増進課)

### ■作り方【所要時間:約40分】

①鍋に水と寒天を入れ中火で熱し、ヘラでゆっくり混ぜながら寒天を溶かす ②①を軽く沸騰させ、そこにあらかじめよく混ぜ合わせておいた有機山吹撫子とグラニュー糖を入れる。弱火に落としたところに白あんを入れ、混ぜながらゆっくりと溶かす。白あんが溶けてきたら一煮立ちさせ、火を止める ③②を茶こしでこし、ボウルに移す ④冷水を張ったボウルに③のボウルを浮かべて、ヘラで混ぜながら粗熱を取る。湯気が消え、人肌ほどの温度まで冷まし、とろみが出てきたら、プリンカップやガラスの器に流し込み、冷蔵庫で20分ほど冷やし固めて出来上がり。

お好みで、ゆであずきや生クリームをトッピングして召し上がれ!

作り方動画  
公開中!

YouTube



### 仕事人紹介

あさおか ひであき  
浅岡 英明さん



森町出身。掛川市の和洋菓子店で修業した後、25歳で「菓匠 あさおか」の3代目として、父から和菓子の技を継承。2006年に店舗を現在の場所に移転し、現在は妻と4代目となる長男夫婦、12名のスタッフと共に、日々おいしい菓子の提供に尽力。地域の小学生に和菓子作りを教えるなど、和の伝統を伝える活動も行っている。

菓匠 あさおか  
森町草ヶ谷389-1  
☎FAX 0538(85)2440