

中華チマキを作ろう会 レシピ

2013年10月14日 於：町田公民館

講師：郁唯

材料	分量	準備
1) タケノコの皮又は笹の葉（個数分）の準備 20 分ほど水に漬けてしなやかにする。 * 笹の葉は小ぶりなので 2 枚合せて使用する。詰める具の量もタケノコの皮に比べると少な目になるので出来上がりの個数が多くなる。		
2) チマキに詰めるもち米の準備		
もち米	1 k g（約 30 個）	研いで水を切る。
醤油	300 m l	全てを混ぜて、研いだもち米を漬けておく。
砂糖	10 g	
鶏がらスープの素	15 g	
水	60 m l	
3) 餡の準備		
バラ肉ブロック	500 g	バラ肉は、3 c mの角切りにし、全ての調味料を混ぜ合わせた中に漬けておく。
醤油	100 m l	
紹興酒（又は調理酒）	10 m l	
砂糖	10 g	
天津甘栗（皮なし）	約 20 粒	二つ切りにする



①水に浸した笹の葉は良く水分を切っておく。

②写真のように2枚をややずらして重ねて手に持つ

③2枚一緒に下向きにたわめる。



④笹の根元の方を手前に引き寄せ、ジョウゴのように丸める。



⑤もち米（各大匙 1）、肉片、もち米、栗 3 個、もち米と交互に詰める。



⑥もち米を詰めた笹の両端を軽く押さえ、笹の先を上にしてからもち米の上に被せるように手前に折り曲げ、もち米がこぼれ出ないように笹の両端も被せる。



⑦笹の葉の先端を手前に折り込む。



⑧尻糸の先端を口にくわえ、笹が広がらないように二巻きして、しっかり結ぶ。

【チマキの茹で方】

包み終わったチマキが全部入るような大なべにお湯を沸かし、中火で約 1 時間半茹でる。あれば圧力鍋を使うと時間の短縮（茹で時間・約 20 分）になる。