

旬野菜クッキング

千葉県産の旬の野菜をおいしくするレシピのご紹介です。

ひとくちピザ

千葉県の伝統郷土食の一つ

「性学もち」をご紹介します!

材料 (4人分)

- 性学もち…………… 12切れ
- ピザソース……………80g
- トマト……………1個
- ピーマン……………1個
- ピザ用チーズ…………… 150g

つくり方

- ① 性学もちを1cmの厚さに切り、トマトは皮を除き1cm角に、ピーマンは輪切りにする。
- ② 性学もちにピザソースをぬり、トマト・ピーマン・ピザ用チーズをのせてオーブンで焼く。

※2~3日おいてかたくなった「性学もち」は温湯で少しゆがくとやわらかくなり、おいしく食べられます。

性学もちの主な入手先

道の駅水の郷さわら、道の駅季菜里あさひ、スーパーセイミヤ(多古店)、みどりの大地(イオンモール銚子店内)、銚子セレクト市場など

* インターネットで販売している店もございます。販売店情報については、千葉県農林水産部 流通販売課 (TEL 043-223-3085) までお問い合わせください。



性学もちとは?

「性学もち」は香取・海浜地域に伝わる郷土食です。幕末の農村指導者大原幽学が農家生活の改善において食生活の面から考案したもので、もち米ではなく、うるち米を使用します。一般的なお餅より、つくのに少し時間がかかりますが、餅質は実にやわらかで、一日くらいたっても、固まることなくおいしく食べられます。

参考文献：昭和32年11月20日大原幽学百年祭奉賛会発行 越川春樹著「大原幽学研究」

性学もちの特徴

- ・汁物に入れても溶けない
- ・粘り気が少なくのどに詰まりにくい
- ・きめ細かく、食感がやわらかい
- ・炒めても溶けず、油との相性が良い
- ・かたくなるまで2日ほどかかるため、加工が容易
(もち米で製造した餅にはない加工特性があり、「汁物やおでんの具」や「高齢者向けの餅」「パンの代替」等、いろいろな使い方ができます。)

プチメモ

大原幽学の「性学」とは?

「性学」とは、幕末に旭市を中心に農村指導者として事績を残した人物、大原幽学が説いた独自の学問です。幽学は、道徳と経済の調和を基本としたこの学問を説き、飢餓などで疲弊した村の復興に尽力しました。

参考文献：千葉県産米需要拡大推進協議会発行「性学もち」・千葉県旭市の観光情報あさひ探訪 <https://www.city.asahi.lg.jp/kanko/tanbou/07/>

入手しづらい場合は、手作りにチャレンジ! 一性学もちの作り方



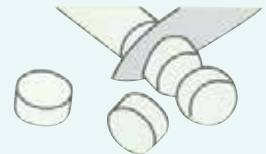
- ① 米は洗って水につけておく。
(夏3~4時間、冬1晩)



- ② 米の水気をよく切り、米は蒸し布に包んで、蒸気の上で蒸し器で蒸す。(20分くらい)
蒸した米を水にとり、手早く洗ってよく水気を切る。



- ③ 再び蒸し器で芯がぬけるまで蒸し(10分くらい)、もちつき機でつく。(30~40分くらい)



- ④ 食べやすい一口くらいにしてできあがり。

千葉県産旬の恵みを上手に使って楽しくヘルシーな毎日を!!

ウェブサイト「教えてちばの恵み」では「ちばの食材」を使ったレシピを多数掲載しています。

<http://www.pref.chiba.lg.jp/ryuhan/pbmgm/index.html>