

秋月堂の和菓子だより

平成18年 春号 和菓子製造販売 秋月堂

秋月堂ではアズキの餡にこだわっています



父親が昭和2年に創業しました

当店は、昭和2年に私の父親が創業しました。父親が静岡の秋月堂という店で修行したので、この店名にしたそうです。

私が店を継いだのは昭和31年、最初の頃は父親の味と違うなどと言われて苦労しまし



たが、自分なりの工夫でやってきました。

昔の和菓子づくりの道具

和菓子は餡が命、当店ではアズキのつぶ餡にこだわっています

四季を彩る和菓子は餡が命、**当店では昔からアズキのつぶ餡にこだわっており、北海道産のアズキを自分で煮て練っています。**

アズキは季節によって煮る時間や練る時の力の入れ方に調整が必要なので、気が抜けません。



餡の原料、「あずき」には“体毒”を除去する作用が！



「あずき」の花

1日と15日は「あずき飯」を食べる日

昔は、毎月1日と15日は「あずき飯」を食べる習慣がありました。これは、「あずき」に“体毒”を除去する成分が含まれているからだと言われています。正月の鏡開きのお汁粉、3月の桜餅、春の牡丹餅、秋のお萩など、日本人は季節の節目には「あずき」を食べていましたが、これも深い生活の知恵なのかも知れません。

「あずき」に豊富なビタミンB2は、美容ビタミン

「あずき」にたっぷり含まれているビタミンB2は、体内の代謝を活発にする働きを持っているのでお肌を美しく保つのに役立つと言われています。

最近、和菓子が見直されているのも、これが理由の一つになっているのでしょう。



アズキは抗酸化食品のナンバー1

さまざまな病気の原因と言われているフリーラジカル（活性酸素）の働きを防ぐ作用を持つのが抗酸化食品。アメリカ農務省の研究者が100種類の果物や野菜、木の実、スパイスやハーブなどの抗酸化力を調べたところ、アズキがトップであることが分かった。

<抗酸化食品ベスト6>

- | | | |
|---------------|---------|---------------|
| 1. アズキ類 | 3. 金時豆 | 5. ブルーベリー（栽培） |
| 2. ブルーベリー（野生） | 4. ウズラ豆 | 6. グランベリー |

白ザラメを使って上品な甘さを出しています



アズキは皮が破れやすいので、煮るのが大変です。季節によって皮の固さが違うので、季節ごとに煮る時間も違います。また、餡に練る時の力の入れ方も微妙に調整する必要があるなので、体調を万全に保つようにしています。

餡には白ザラメを使って、上品な甘さを出すようにしています。砂糖の量も季節によって変えています。暑い夏は砂糖の量を減らした方が好まれるからです。お陰様で、当店の最中は昔からご好評をいただいております。(1個 105円)



当店では、これで餅を蒸し、搗いています



左の釜で米を蒸し、右の機械で餅を搗いています。返しは人間の手で行っています。美味しく米を蒸すには“ホドを打つ”のがポイントです。



お赤飯や餅は前日のご予約でも対応致します。急な場合にもぜひご用命ください。



黒米でお赤飯を炊いてみませんか。身体に良いですよ！

お赤飯のルーツは黒米です

今食べられている米の原種は、野生の黒米です。弥生時代には一般的に栽培されていた品種で、お赤飯のルーツはこの



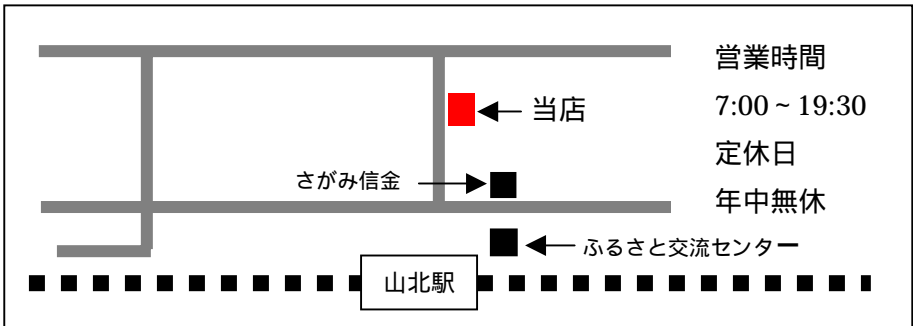
黒米にあると言われていています。黒米には、ビタミンやミネラルが多いだけでなく、抗酸化作用があるアントシアンが含まれています。

普通のご飯に1割混ぜて炊いてください

黒米は洗わないでください。身体に良い成分のアントシアンが水に溶けて流れてしまうからです。3合につき自然塩を小さじ1杯加えて炊くと一層美味しくなります。お赤飯みたいに赤く、モチモチした美味しいご飯になります。



330g 525円（農家から直接仕入だから安い）



和菓子製造販売 秋月堂 〒258-0113 足柄上郡山北町山北 1920
TEL.0465-75-0113 FAX.0467-75-0113