

手作りあんこ（粒あん、白あん、うぐいすあん） レシピ&コツ



粒あん

【材料】

- ・ 小豆 缶 1つ(約 400g 水込みの重さ)
- ・ 砂糖 大さじ 5

- 1) 小豆缶をざるに上げて水を切ります。
- 2) 鍋に砂糖とひたひたの量の水を入れ、強火にかけます。沸騰したら弱火にして、アクをとりながら茹でます。小豆に火が通ったらお好みの粒の大きさまでマッシャーなどで潰します。
- 3) 中火に戻し、しゃもじで混ぜながら水分を飛ばします。冷めると硬くなるので気持ち緩めの柔らかさまで。しゃもじで鍋の底に線が書けるようになったらできあがり。

白あん

【材料】

- ・ バタービーンズ 缶 1つ(約 400g 水込みの重さ)
- ・ 砂糖 75g

- 1) バタービーンズ(白インゲン豆)缶をざるに上げて水切りし、さっと水で洗います。
- 2) 薄皮をむきます。最初に端の皮を少しつまんでむき、もう反対の端から豆の身を軽く押し出すようにするとむきやすいです(Youtube 動画を参考にしてください)。
- 3) 豆を鍋の上で裏漉しし、砂糖を入れ弱火にかけ、しゃもじで混ぜます。あっという間に砂糖が溶け出していきます。
- 4) ひたすらしゃもじで混ぜ続け、餡をしゃもじで持ち上げぼってりと角が立って落ちたらできあがり。

うぐいすあん

【材料】

- | | |
|-------------|-------|
| ・ 冷凍グリーンピース | 250g |
| ・ 砂糖 | 大さじ 5 |

- 1) 冷凍グリーンピースを鍋に入れ、水を入れて強火にかけます。沸騰したら中火にして、アクを取りながら茹でます
- 2) 指でつまんで簡単に潰れるぐらいの硬さになるのを確認して、お湯を切ります。
- 3) 豆を鍋の上で裏漉しします。少しずつ裏ごしすると作業が楽です。
- 4) 裏ごしした豆の入った鍋に砂糖を入れ弱火にかけ、しゃもじで混ぜます。あっという間に砂糖と豆が混ざります。鍋の底にしゃもじで線が書けるようになったらできあがり。

【コツ】

どれも冷めると少し硬くなるので、柔らか目に火を止めると良いです。

【手作りあんこの保存】

- 出来上がったあんこを容器に入れて少し冷ましてからラップをし、冷蔵庫で保存(3-4日)。
- すぐに食べない場合は冷凍保存がおすすめです。
食べる分ずつラップで包む、あるいはジブロックに薄く平たく入れて冷凍し、食べる分だけ割って解凍します。