

エコポリ☆らはにこ部 2023 ワークシート

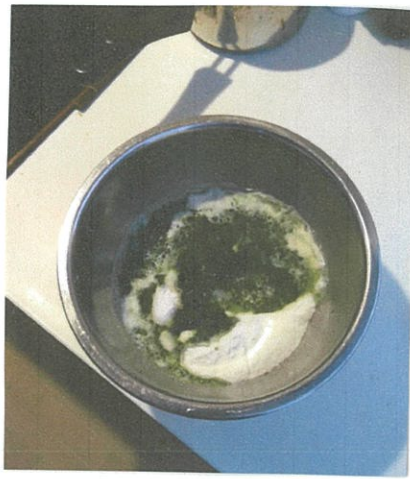
第4回分	記入日: 11月30日	チーム名: Dim Sum
------	-------------	---------------

《番外編：ヘクソカズラ団子作りの回想》

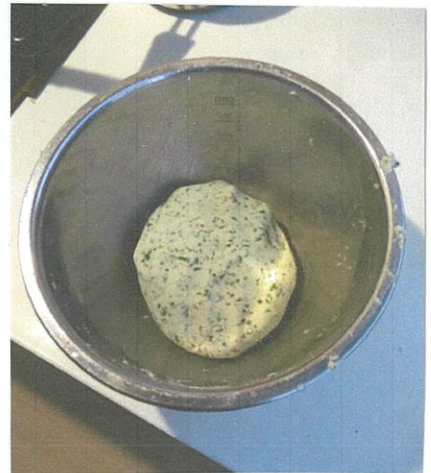
夏に行ったサツマイモ畑の雑草抜き。そこでたくさんとれたヘクソカズラを家に持ち帰り、団子を作りました。昨年まで住んでいた香港では、その名も「鵝屎藤」といって、ヨモギのような感覚で伝統的スイーツの原料となっているのです。懐かしさを再現すべく、広東語のYoutubeを見つう見取で作ってみました(広東語全くわかりません!!)。



① フードプロセッサで細かくしたヘクソカズラを煮る



② 団子粉と砂糖と水に混ぜ合わせる
本来はもち粉



③ ひざつにまとめる



④ ひと口大にまとめてゆでる
浮かび上がってきたら冷水にとる



⑤ 完成!!



本当は中にあんを
入れるのですが、今回はきな粉、
甘いお汁粉に入れたつもりです。

蒸して作るのが本場流ですが、今回は家庭用に応用してみました。

体の熱や湿気を取り除き、解毒作用や血を補う作用があるそうです。ごちそう様でした!!