



夏に涼やか「透明和菓子」

国産食材を使った、かわいくて初心者でも作りやすい和スイーツのレシピをプロに教えてもらう連載企画。

今回のテーマは、暑い季節に涼を呼ぶ「透明和菓子」。

涼やかな見た目、さっぱりとした口溶けは夏のおもてなしにもぴったりです。

レシピを教えてくれるのは…

和菓子教室「ももとせ」主宰 安田由佳子さん

貝印（株）でフードコーディネーターを務める傍ら、
ケータリングユニット「Tont」を立ち上げ活動。
和菓子家・金塚晴子氏に師事。2014年より東京・日本橋で
和菓子教室「ももとせ」主宰。著書に『はじめての手づくり
和菓子』（学研）、『透明和菓子の作り方』（文化出版局）
など。海外での教室開催や茶席の菓子製作を通じて
日本の食文化を伝えている。



公式サイト



夏果あんみつ



色と酸味を加えたアレンジあんみつ。
プルンとした寒天の食感がやみつきに

透明和菓子に欠かせない材料が、海藻由来の寒天。その弾力ある食感を存分に楽しめるメニューがあんみつです。
半透明な寒天だけでなく、みかんジュースを加えた黄色い寒天も作って酸味と華やかさをプラス。
仕上げにかける黒蜜にはバルサミコ酢を加え、ほんのり甘酸っぱい風味に。昔ながらのあんみつとはひと味違う新感覚のおいしさです。
和食だけでなく洋食後のデザートにもぜひどうぞ。

【 材料（4人分） 】

<寒天>

粉寒天	2グラム
水	250ミリリットル

<みかん寒天>

粉寒天	2グラム
水	60ミリリットル
グラニュー糖	40グラム
みかんジュース（市販品）	150ミリリットル

<その他>

黒蜜（市販品）	70ミリリットル
バルサミコ酢	小さじ1
好みの果物	適量

【 用意する器具 】

流し型（15×8×5センチメートル程度）	2個
----------------------	----

【 下準備 】

流し型は水で濡らしておく。

【 作り方 】

1



寒天を作る。鍋に水と粉寒天を入れてよく混ぜ、火にかける。
粉寒天がダマにならないように混ぜながら沸騰させて煮溶かす。
型に流し込み、常温で冷ます。

POINT

粉寒天は必ず沸騰させて煮溶かす。
沸騰前に火を止めると固まりにくくなる。

2



みかん寒天を作る。鍋に水と粉寒天を入れてよく混ぜ、火にかける。
粉寒天がダマにならないように混ぜながら沸騰させて煮溶かす。
そこへグラニュー糖を加えて溶かす。

POINT

グラニュー糖は必ず粉寒天が溶けてから加える。
溶ける前に入れると固まりにくくなる。

3



火を止め、粗熱が取れたら②にみかんジュースを加え混ぜる。
型に流し込み、常温で冷ます。

POINT

寒天は酸に弱い。固まりにくくなるので、みかんジュースは一緒に煮ず、火を止め、粗熱が取れてから加える。

4



黒蜜にバルサミコ酢を加え、よく混ぜる。

5



①と③が固まったら型から外し、好みの大きさに切って器に盛る。
さらに果物を盛り、④を添える。

金魚のレモン羹^{かん}金魚鉢を模した清涼感たっぷりのお菓子。
見て、食べて、季節を味わって

まるで澄んだ水の中を金魚が優雅に泳ぎ回っているよう。夏の風物詩である金魚は、季節感を表現するのにぴったりのモチーフ。こなし生地※に色を付け、抜き型で抜いて作ります。寒天の透明度が高いのは、グラニュー糖を多めに入れているから。寒天は砂糖の量が多いほど透明になります。最後にレモン汁を加えるので、仕上がりはあくまでさっぱり爽やか。ラップを敷いた型で固めるだけで、寒天のふちがアートのようにランダムなギザギザになります。

※白あんに粉を加え、蒸し上げた生地

【 材料（6個分） 】

粉寒天	2.5グラム	<こなし生地>	
水	200ミリリットル	白こしあん	50グラム
グラニュー糖	130グラム	小麦粉	4グラム
レモン汁（市販品）	小さじ2弱	色粉（赤・緑）	各少々
こなし生地	適量		

【 用意する器具 】

セルクル型（4.5×3.5センチメートル）	6個
金魚と丸（大・小）の抜き型	各1個
麺棒	1本

【 下準備 】

色粉はそれぞれ1から2滴の水（分量外）で溶いておく。

【 作り方 】

1



こなし生地を作る。耐熱ボウルに白こしあんと小麦粉を入れ、ゴムベラでよく混ぜる。

2



①の耐熱ボウルにラップをかけ、600ワットの電子レンジで30秒加熱する。電子レンジから取り出して再び混ぜ、生地をラップに包んで冷ます。

3



②を3等分し、水に溶かした色粉の赤を3分の1生地に、緑を3分の1生地に、それぞれヘラでつける。指や手のひらで生地を押しつぶしながら、全体にムラなく着色する。

4



③の赤生地と緑生地をそれぞれオープンペーパーにはさみ、麺棒で2ミリメートル厚に伸ばす。

5



③で着色していない残り3分の1生地进行を3ミリメートル厚に伸ばす。そこに④の赤生地の適量を水玉模様にのせ、麺棒でさらに2ミリメートル厚に伸ばす。金魚の抜き型で抜く。

POINT

- ・生地が固い場合は、水を少し加え、揉んで調整する。
- ・生地が抜き型から外れにくい場合は、細めの筆や麺棒を使って優しく落とす。
- ・抜き型がない場合は、手で形作ってもよい。

6



④の赤生地を金魚の抜き型、緑生地を丸（大）の抜き型で抜く。抜いた緑生地はさらに丸（小）の抜き型で抜いて、水草を模したわっかにする。

【 作り方 】

7



寒天を作る。鍋に水と粉寒天を入れてよく混ぜ、火にかける。
粉寒天がダマにならないように混ぜながら沸騰させて煮溶かす。
そこへグラニュー糖を加えて溶かす。

8



⑦をボウルに取り出す。
粗熱が取れたらレモン汁を加え混ぜる。

9



各セルクル型にラップを敷き、
それぞれに⑧を大さじ2ずつ流し入れる。

POINT



セルクル型がない場合は、おちょこや同程度の大きさの器、空き容器などでも代用可能。

10



⑨が少し固まってきたら、
⑤と⑥の金魚と水草を好みの絵柄になるように入れる。

11



⑩の上に大さじ1から2の⑧をそれぞれ流し入れる。

POINT

上下の寒天をくっつけて、金魚と水草が中間に浮いた感じにするには、下の寒天が完全に固まりきる前に、上の寒天を手早く流し入れること。

12



常温で冷まし固めてから冷蔵庫でさらに冷やす。
ラップから外し、器に盛る。

安田さんの一押し！

和スイーツ店

一文字屋和輔（あぶり餅 一和）

【 京都府京都市北区 】



出来たてが命のあぶり餅を 千年続く門前茶屋で味わう至福



京都に行くたびに必ず訪ねるのが、今宮神社の東門参道沿いにある「一文字屋和輔（いちもんじやわすけ）」、通称「あぶり餅 一和（いちわ）」さん。創業がなんと1000年以上前の平安時代という老舗中の老舗です。時代劇に出てくるような風情溢れる茶屋でいただけるメニューは「あぶり餅」のみ。親指大にちぎった餅を竹串に刺して、炭火であぶった昔ながらの和菓子です。香ばしく焼かれた餅に、白味噌仕立ての甘じょっぱいタレをからめて食べると、何ともいえず幸せな気持ちになります。持ち帰りではなく、出来たてをその場で味わうのが断然おすすめ。若い方にこそ知ってほしい逸品です。

📍 所在地

京都府京都市北区紫野今宮町69（今宮神社の東門前）

☎ 電話

075-492-6852

🕒 営業時間

10:00～17:00

定休日：水曜日（1日、15日、祝日が水曜日の場合は営業し、翌日休業）



たいせつな人に
「ありが糖」

© 2019 農林水産省



和スイーツ
レシピ帖vol.01 は
こちら



Follow Me !

📷 instagramも更新中！

