

なんと電子レンジで簡単に外郎(ういろ)が! フルーツでアレンジすると?

新型コロナウイルスが落ち着きかけてホッとしていたところにオミクロン株が出現し、あっという間に感染者数が急拡大してしまいましたが、如何お過ごしでしょうか?

昨年末には感染者も激減し、今まで県を跨ぐ移動を控えてきたので、そろそろお隣の山口県に出かけてみようかと思っていた矢先のこの非常事態にガッカリしているもろおか青果の従業員Yです。

山口県には銘菓「外郎」があります。わざわざ休日に生外郎を食べに行くほど大好きなのですwww

それなのに次々と「まん延防止等重点措置」が適用され、不要不急の外出を控えるようにとお達しが沈んだ気分ではあるところに、電子レンジでもっちりプルンとした外郎が作れる事を知り、作ってみました。

Oh!good!材料費もお安く短時間で簡単にパパッといい感じに出来るではありませんか。

せっかく、もろおか青果のホームページでご紹介させていただくには果物を入れないとすね〜

厚さを薄めに作りいちごを巻くことで、いちご大福のような味わいにもなりました!

山口の外郎を我慢していらっしゃる方、ご存じない方も、是非お試しください。美味しくてオススメです!!!



外郎は、名古屋や徳島、神奈川、宮崎県などその地域ごとに味わいが異なる和風のお菓子です。山口県のは わらび粉でつくられていて、もっちりプルンとして、とても人気があります。なかでも生外郎は賞味期限=出来上がり3時間以内なので現地でしか味わえません。それに似たものがご家庭でも? ホームページではオススメのブルーベリー味と抹茶味バージョンもご紹介しております。是非ご覧ください!

◎ 材料

- (A) わらび餅粉.....40g
- (A) 薄力粉.....20g
- (A) 砂糖.....20g
- 水.....120ml
- こしあん.....60g

◎ 作り方

- ① ボウルに、(A)の粉類を入れてホイッパーなどで混ぜ合わせます。



- ② ①のボウルに半量の水を少しずつ水を加えて、ダマにならないように混ぜ合わせます。こしあんと残りの水を加えて滑らかになるまでよく混ぜ合わせます。



- ③ 耐熱タッパー容器に②を流し入れます。

もし気泡があるようでしたら、ラップを使ってアク取りの要領で泡を消し、電子レンジ600wで約3分 加熱します。

機種によって加熱具合が異なりますので様子を見て調整してください。

500wは1.2倍、700wは0.8倍の時間を目安に対応してください。

全体がプルプル弾力が出たら蒸し上がりです。

冷ましてから食べやすい大きさに切り分けてください。



出来立てをそのまま食べても充分美味しいのですが、お好みのフルーツを食べる直前に巻いたり添えたりすると和風のお菓子が華やかにみずみずしく食べられますよ。



できるだけ早く食べることをお勧めします。
時間がたつともっちりプルン感が減少してしまいます。
(電子レンジで20秒くらい温めなおすともっちり感は回復しますよ)

もろおか青果はもともとはフルーツ専門店でした。

旬の時期に合わせて一番美味しいものを目利き致します。

ギフトなどご要望に応じて各地に配送も承っております。是非ご利用ください!

このレシピはWebでもご案内しています。

お勧めのブルーベリー味やイチゴ味は必見です!
是非Webでもご覧ください

師岡青果 ういろ 検索

なにかご不明の際は青果部の店舗スタッフまでお尋ねください。

青果のご用命は師岡青果の各店舗まで!

も ろ お か 市 場			
師 岡 青 果		ダイレックス テナント	
夜 須 店		筑紫野店	那珂川店
高木瀬店		みやき店	日の隈店