



国産こんにゃく芋

材料

- 1 こんにゃく芋！約 1kg の作り方です。
- 2 水（約 3 リットル）固めは少なく、柔らかめ多く！
- 3 凝固剤（水酸化カルシウム）これも商品に含まれます。8g
- 4 ぬるま湯（凝固材用） 200cc

用意するもの

- 1 大きな鍋 複数あったほうがいいです
- 2 ボール 2~4 個 整形用に使用するならもっといります。
- 3 ミキサー こんにゃくをのりにするのに使います。大きいほどいいです。
- 4 へら 攪拌やこんにゃくを取り出す時に使います。
- 5 ガラス碗 凝固剤をぬるま湯に溶かす時に使います。凝固剤は溶けにくいので見えるほうがいいと思います。
- 6 はかり 凝固剤やこんにゃくを計るときに使います。
- 7 ビニール手袋 生のこんにゃく芋は中に含まれる硝酸の影響で痒くなります。皮膚の弱い人は気をつけてね。
- 8 メモ用紙 鉛筆 重量を目盛ったり計算に使います。

※ 放射能について ※

検査の結果、放射性セシウム・放射性ヨウ素は検出されておりません。

作り方・手順は裏面をご覧ください

1:これがこんにやく芋だ

国産のこんにやく芋です。収穫は秋になるので今が旬！！
さあ美味しいこんにやくを作りましょう～



2:たわしで入念に洗いましょう

きれいに洗えば真っ白になりますが、土の表面の汚れを落とす程度で大丈夫



3:小さく切りましょう

芽の部分は取り除いてね。

菜箸をさしてみても抵抗なく通る程度。

断面が少しピンクがかっている部分はポリフェノールです！



4:こんにやくを茹でます

鍋に水を張って沸騰させます。

先ほどの切ったこんにやく芋を入れます。

待つこと 10分～15分

皮をむきます。(でも気にならなければそのままでも大丈夫！)

包丁を使うと早くむけます。



5:ミキサーにかける

ミキサーに一度に入れるこんにやくの重さを量ります。

先ほどの茹で上がったこんにやくを入れます。

1回に入れる量はミキサー容量の1/4程度。

多すぎるとうまく回りません。約1分くらいです。

ミキサーに入れた重さの約3倍の水を入れてミキシングします。

にんじんや青海苔など入れる場合はこのときに入れましょう。



ひとつの器にミキサー 2杯分 3杯分と追加していれる場合は、こんにやくと水の比率は同じにしてください。
すぐに固まり始めますので器の中で層ができないようにできるだけ早く追加してください。



6:凝固剤液をつくります

凝固材をぬるま湯に溶いでおきます。水：水酸化カルシウム=25：1

こんにやくの重量から分割する凝固剤液の量も計算します。

7:手で丸めたり四角の容器に入れたりします。

別の鍋に熱湯を沸かしておきましょう。(湯がきようです)

凝固剤液は空気が入らないように切るように混ぜます。
ムラなく混ぜ合わせましょう。

混ぜ合わさったら、おむすび大の大きさに丸めてもいいですね！おでんなら団子くらいの大きさがちょうどいいでしょう。どんどん丸めて湯がきようの鍋の中に入れてください。(30分～1時間)

四角いこんにやくの場合、熱に耐えられる容器を用意してこんにやくを入れて形成します。

そのまま熱湯に入れましょう。(30分～1時間)

湯がくことによってあくぬきしますので密閉容器はダメですよ！

