

昔ながらのホッとする甘味  
おしるこ

材料 (4 人分)

●ゆであずき (こしあん または つぶあん) 250g ●水 400cc ●塩 少々 ●切り餅 8つ

作り方

- ① 鍋にゆであずきと水を入れ、中火～弱火でよく混ぜる。
- ② ①に塩を入れ味を調える (もし味見して甘みが足りないと感じたら砂糖を加えても良い)。
- ③ 切り餅は焼くか、柔らかくなるまでゆでる。
- ④ ③をお椀に入れ、上から②をかける。

- \* おしるこは「ぜんざい (おぜんざい)」と呼ばれる場合もあります。両者は基本的に同じものですが、関東では汁気の多さで区別して汁気の少ないものを、関西ではこしあんかつぶあんで区別しつぶあんで作ったものを「ぜんざい」と呼ぶ傾向にあるようです。
- \* おしるこは日本に古来からある食べ物で、普段は甘味処 (和菓子などを出す和風喫茶店) などでしかお目にかからないかもしれませんが、家庭ではお正月の行事「鏡開き」の時に割った「鏡餅」で作って食べる風習があります。鏡餅はお正月に神仏にお供えする餅でできた飾り物。これを割って食べる鏡開きという行事は地方によって時期が違いますが、お正月の締めくくりとなります。
- \* 今回のレシピではゆであずきを使用しました。こしあんを使うかつぶあんを使うかは好みです。ゆであずきは主に缶詰などで売られています。時間はかかりますが乾燥あずきを自分で煮てあんを作ることもできます。
- \* 塩を入れるのは隠し味で、入れることでかえって甘みが増します。またおしるこにはよく塩昆布などが添えられますが、これもしょっぱい塩昆布をつまみながらおしるこを食べることによって、おしるこの甘みを引き立たせる効果があります。

ขนมหวานโบราณ รสชาติคั้นลิ้น  
โอะชิรุโอะ

ส่วนผสม (สำหรับ 4 คน)

●ถั่วแดงต้มน้ำตาล โอะชิอัน (ถั่วแดงบด) หรือ ชิบุชิอัน (ถั่วแดงต้มชนิดยังคงลักษณะเม็ดอยู่) 250 กรัม

●น้ำสะอาด 400 cc

●เกลือ เล็กน้อย

●โมจิชนิดตัดเป็นแผ่น 8 ชิ้น

วิธีทำ

- ① นำถั่วแดงต้มน้ำตาลและน้ำสะอาด ใส่ลงในหม้อต้ม ตั้งไฟกลางถึงอ่อน คอยคนอยู่เสมอ
  - ② ปรงรส① ด้วยเกลือ (หากชิมแล้วรสหวานไม่พอ ก็สามารถเติมน้ำตาลได้ตามชอบ)
  - ③ นำโมจิตัด ย่างหรือต้มให้นุ่ม
  - ④ ตักโมจิในข้อ③ลงในถ้วย ราดด้วยถั่วแดงในข้อ②
- \* โอะชิรุโอะเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า “เซ็นไซ (โอะเซ็นไซ)” ส่วนประกอบหลักของทั้งสองไม่ต่างกัน ทางภาคคันโตจะเรียกแยกกันโดยดูจากสัดส่วนของน้ำ หากมีสัดส่วนของน้ำมากก็จะเรียกว่าเซ็นไซ ในทางตรงข้าม ภาคคันไซจะแยกความแตกต่างของถั่วโดยจะดูว่าใช้ถั่วแดงบด หรือถั่วแดงที่ยังคงลักษณะเม็ดอยู่ ถั่วถั่วยังเป็นเม็ดอยู่จะเรียกว่า เซ็นไซ
  - \* โอะชิรุโอะเป็นของกินที่มีมาแต่โบราณ โดยปรกติเราจะเห็นขนมชนิดนี้เฉพาะในร้านอามามิโอะ (ร้านกาแฟสไตล์ญี่ปุ่นที่เสิร์ฟของหวานแบบญี่ปุ่น) ในครัวเรือนทั่วไปประเพณี “เปิดกระจก (คากามิอิราอิ)” ในเทศกาลปีใหม่ จะนิยมรับประทาน “คากามิโมจิ” ที่เคาะให้แตกในพิธี คากามิโมจิเป็นข้าวเหนียวปั้นประดับสำหรับเช่นไหว้เทพ หรือถวายพระพุทธรองค์ โดยแต่ละภูมิภาคจะทำพิธีคากามิอิราอิ รับประทานโมจิขึ้นไม่พร้อมกัน แต่จะถือเอาวันปีใหม่เป็นวันสิ้นสุดของเทศกาล
  - \* สูตรนี้เลือกใช้ถั่วแดงต้มสำเร็จรูป ท่านจะเลือกใช้อะไรก็ได้แล้วแต่ชอบระหว่างโอะชิอันและชิบุชิอัน ซึ่งโดยปกติถั่วแดงต้มน้ำตาลมีวางขายในรูปแบบเครื่องกระป๋อง อย่างไรก็ตามแม้ว่าจะใช้เวลานานสักหน่อย ท่านก็สามารถนำถั่วเมล็ดแห้งมาต้มเองได้
  - \* เกลือถือเป็นเคล็ดลับความอร่อยที่ช่วยให้รสหวานโดดเด่นยิ่งขึ้น เช่นเดียวกับการเสิร์ฟโอะชิรุโอะพร้อมกับชิโอะคอมบุ (สาหร่ายหมักเกลือ) โดยจะรู้สึกถึงรสหวานกลมกล่อมระหว่างที่ท่านโอะชิรุโอะแกล้มกับชิโอะคอมบุรสเค็ม