

いきなりだご

1 道具・用具



2 プログラムの流れ (標準時間: 3時間30分)

はじめに

30分

調理をします

1,5時間

いただきます

30分

後片づけ

1時間



- 役割分担をする

①火の係	火の番、ガスの元栓開閉の確認
②食材調理係	食材洗い、調理、流し台の清掃
③食器係	食器洗い、炊事場全体の清掃

- しっかりと手を洗い、アルコールで消毒をする。
- 使う道具は全部洗う。テーブルをきれいに拭く。

- まずは生地をこねて、しばらく寝かせておく。
- 生地を寝かせている間に他の材料の準備をする。
- 使い終わった用具はその都度片付けておく。



- 蒸したては熱いので注意して食べてください。

- スポンジで食器や鍋、調理道具を洗い、布巾やキッチンペーパーでしっかりと水分を拭き取り、元の場所へ戻す。
- たわしや金たわしは絶対に使わない!**
- 拭き終わったら食器と鍋は調理台の上に置いて点検を待つ。
- 調理道具はしっかりと水分を拭き取り、元の場所へ戻す
- 使った洗剤等(食器洗剤・ハンドソープ・アルコール)は補充後元の場所へ戻す。
- かまどの灰は一輪車に入れ、水をかけてから灰捨て場へ捨てる。

3 気をつけたいこと



注1) 生地はこねて冷蔵庫か冷凍庫で冷やしておく、生地がべたつかずに扱いやすいです。

注2) ラップをご持参ください。短い物のほうが良いです。

熊本いきなりだごの作り方



いきなりだごの材料（6～7個分 3人分）

○さつまいも 大1個（250gくらい）

○水130 cc

○白玉粉80g・薄力粉80g

○塩5g・砂糖7g（塩少々＝芋のあく抜き用）

○ようかん（又はあんこ）

調理用具：ボウル・クッキングシート・ラップ・蒸し器
まな板・包丁・計量カップ・塩水

- ① ボウルに白玉粉を入れ分量の水を少しずつ加え混ぜる。
- ② ①に薄力粉・塩・砂糖を入れ残りの水を少しずつ加え耳たぶくらいの硬さになるまでよくこねる。
- ③ こねた生地をラップで包みねかしておく。

- ④ さつまいもを洗って皮をむき、1～1.5cmくらいの厚さの輪切りにする。少し濃い目の塩水に漬けてあく抜きをする。
- ⑤ あく抜きしたさつまいもは水分を拭いておく。

- ⑥ ③の生地をさつまいもの数に分けておく。
- ⑦ 生地を楕円にのぼし、片方にさつまいも、芋の上にようかんをのせて残り半分の生地を上にかぶせるようにして包み、敷き紙（6×6cmくらい）に置き蒸し器にならべる。
※ポイント 生地は薄目がおいしい。

- ⑧ 蒸し器が沸騰して生地に透明感が出てきたら、竹串で芋の部分をさしてみ、スッと入るようならば蒸し上がり。（約20分）

熊本郷土のおやつ「いきなりだご」の出来上がり！！

☆おいしい ☆うれしい☆しあわせ の おやつ !!

国立阿蘇青少年交流の家