



## よもぎだんごはどうやって作るの

### いろいろに使われるヨモギ

ヨモギは、日本各地のいたるところに生えていて、若葉を食べる野草の一つです。独特のにおいがあり、草もちの材料になるので、もち草ともいわれています。

春から夏にかけて、やわらかい葉をつみ、つんだ葉を重そうを入れた熱湯でゆでます。その後、水にさらしてあく抜きしてから、料理します。

ヨモギは、薬草としても栽培されています。また、乾燥した葉をもんで、もぐさをつくり、「きゅう」にも使われています。「きゅう」は、体のつぼの部分においたもぐさに火をつけて、その刺激で病気をなおす方法です。

ヨモギは、においが強く、五月の節句には、ショウブといっしょに家の門口につるし、悪い病気を追いはらいました。

### ヨモギをつき混ぜたよもぎだんご

ヨモギをつき混ぜただんごを、よもぎだんごといいます。

まず、だんごの原料となる上新粉(和菓子の原料にする目の細かい粉)を熱湯や水でこねてから、蒸しあげます。次に、蒸しあがった上新粉に、ゆでて刻んだヨモギを加えて、つき混ぜます。最後に適当な大きさに丸めるとだんごのでき上がりです。あんこを加えたり、あるいは、きな粉をつけたりすることもあります。

だんごをくしにさし、くしだんごにしたものもあります。(監修・青木 国夫)

