

# タンサンまんじゅう

## <活動の特長>

- ・ 藤野地域では、かつては小麦粉が主食の一つでした。その小麦粉を中心に食文化が発達したと言われています。小麦粉とあんこでつくる「タンサンまんじゅう」は、おやつとして人々に親しまれ、郷土食の一つとして現在まで受け継がれています。地域の方のお話を聞きながらまんじゅうづくりを行うことで、この地に脈々と息づいてきた人々のくらしの知恵と工夫を知ることができます。

## <めあての例>

- ・ 文化  
「昔から地域に伝わる食べ物を知り、  
その特徴やよさを考えよう」



## <大まかな活動の流れ>

- ①めあてを確認し、つくり方や由来について話を聞こう

昔は小麦粉でいろいろなものをつくっていただね。

どうやってつくるのかな？  
楽しみだね。

「タンサン」って何だろう？

- ②水を入れながら、小麦粉をこねよう



水を少しずつ入れ、耳たぶくらいの固さにしよう！

※蒸し布をかけて、10分程度ねかす。

- ③皮とあんこを人数分に分けよう



- ④皮を伸ばし、あんこを包んで形を整えよう

あんこを入れすぎないようにするといいね。



※蒸し布をかけて、10分程度ねかす。

- ⑤湯をわかし、せいろでまんじゅうをふかそう



- ⑥うちわであおいで、てりを出そう



うちわであおぐと、てりが出てきたね。こんな工夫があるんだね。

- ⑦まとめ・振り返りをしよう

小麦粉とあんこでこんなにおいしくできるんだね。知恵と工夫が詰まったまんじゅうだね。

## 次へのステップ

身近な地域の郷土食についてくわしく調べてみよう！

## <メモ>

- ・火、熱湯の取り扱いについては、十分な安全指導と安全確保をお願いします。
- ・あずきをゆでて、あんこをつくることもできます。