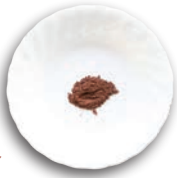


米粉アートのやしよま

紹介者

5ページ上段で紹介したやしよまは、生地に色を付けて組み合わせることで、模様を作ることができます。

着色料



茶

ココアの粉。



黄

カボチャをふかして水分を抜いたもの。また、くちなしの実を煮立て、布巾でこしたのものを使用。



赤

食用ビート大根をすりおろし、布巾でこして鍋にいれます。弱火であくを取り除きながら澄んだ赤になるまで煮ます。冷凍で保存すると長く保存できます。



黒

黒の練りゴマ。チューブ状のものがおすすめ。



緑

抹茶。または、ゆでたホウレンソウをすりつぶしたもの



①

①本来、やしよまは時間が経って、少し硬くなったものを包丁で切ります。模様をつけるには、柔らかい状態で調理するため「木綿糸」などの固めの糸を巻いて切ります。また、生地は冷めると固くなるので、後で使う生地は蒸し器の中などの温かい場所にラップで巻いて保管しましょう。

②模様を作る色の配分を考えて、生地を切り分けます。染め方は、生地の先に着色料を付け、残りの白い部分で包み込むようにこねます。



②

子どもの時に魅せられたやしよまのかわいい模様。今の子たちにも継承していきたいです！

③色付き生地を組み合わせ、パーツを作る。



③

伸ばして8本に



④

④パーツを組み合わせる。



⑤

⑤空気を抜く。



⑥

⑥伸ばす。



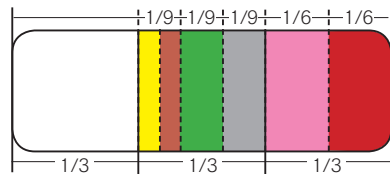
完成

中野市食生活改善推進協議会
はらかじ 原楫さん

仲間と共に中野市食生活改善推進協議会を立ち上げ、伝統食の伝承に尽力している。やしよまの作り方を一冊にまとめた著書『たかが やしよま されど やしよま』を出版し、やしよまの魅力を伝えている。

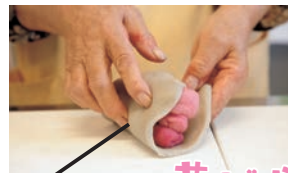
サザンカ

山茶花



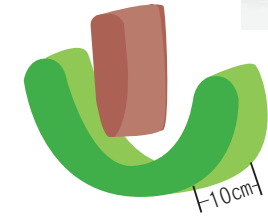
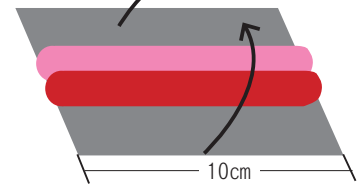
←色の配分 500gの米粉で作った生地を、左図の配分で色を付けましょう。

ピンク色：赤の染色を薄めに使用
灰色：黒の染色を薄めに使用



ピンクと赤を重ねて包み、丸めることで花びらにグラデーションを加えます。

花びら

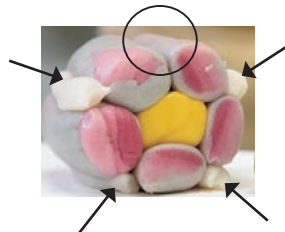


厚めの緑の生地で厚い茶色の生地をはさみ、葉の部分を作ります。



組み終わったら、白の生地で巻いて、伸ばして

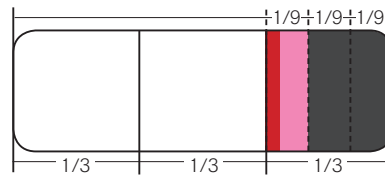
完成



花びらの間は、茎が付くところ以外、白い生地で固定しましょう。

色の配分 →

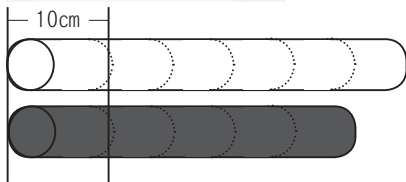
500gの米粉で作った生地を、右図の配分で色を付けましょう。



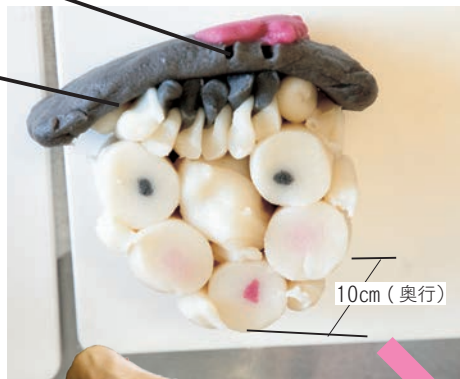
包丁や箸で切れ目を入れましょう。

童ちゃん

わらべちゃん



親指サイズの白い生地6本、黒い生地5本を作り、人差し指で片面をつぶし三角形を作ります。



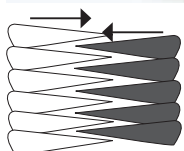
白い生地で固定しながら、組んでいきましょう。

完成

パーツの大小やリボンの色を変えることで、いろんな顔ができます。



最後に輪郭を白い生地で包み、伸ばします。



白と黒の生地を交差させて、前髪を作ります。

