



陸前高田の郷土料理。
ささがをたくさん使う
ので、切口が石垣の
ように見え、もちのよ
うにおいしいというの
が名前の由来です。



材 料	4人分
小麦粉 薄力粉	80g
砂糖	60g
ささが	60g
ざらめ糖	35g
塩	少量
干し椎茸	1個
くるみ	15g
ベーキングパウダー	3g
卵	1個
味噌	3g
油	2g
水	60g
油(焼くときに使用)	適量

1. ささがは水に戻し、3倍の水で煮る。
くずれないように静かに煮る。やわらかく
なったら、ざらめ糖、塩を入れ味をつける。
2. 干し椎茸は水に戻し、みじん切りにする。
3. くるみも刻む。
4. 小麦粉とベーキングパウダーを合わせ、
ふるいにかける。
5. 卵を溶き、味噌を加える。
6. 水、砂糖、5、ささが、椎茸、くるみ、油を
混ぜ合わせ、4を加えてさっと混ぜる。
7. フライパンに薄く油をひき、6を入れ、
ふたをして弱火で蒸し焼きにする。
裏返して焼く。