

# 昔なつかし、げんべだ

～水沢地方に伝わる素朴なおやつ。

材料はありあわせを利用したり各家庭で工夫した。

「べったらやき」とも言う。

材料（直径 10 c m のもの 6 枚分）

小麦粉	100 g
砂糖	30 g
水	120～140cc
味噌	大さじ 1
ゴマ	少し
サラダオイル	少し



- ① 小麦粉と砂糖をあわせてボウルに入れます。
- ② 水を加えてまぜ、とろりとしたら味噌をいれて、さらにまぜ、味噌がとけたら生地が出来上がり。
- ③ フライパンにサラダオイルを入れてなじませ、余分な油はふき取り生地を流しいれてゴマをふります。生地が焼けて茶色っぽくなったらひっくり返し両面こんがり焼きます。
- ④ 好みに小さな黒砂糖のかたまりを乗せ、生地を半分に折って包みこんでも良いでしょう。