

もちつきの手順について



もちつきをするにあたっての前日および当日準備の手順について
まとめていますので、レクリエーションなどで使用する場合に参考としてください。

前日準備

01 もち米を研ぎ、水につけておく

当日準備

開始1時間前

01 蒸し器（下段）にお湯を入れ、沸騰させる。
水で濡らした蒸し布でもち米をつつみ、
蒸す準備をしておく。

開始30分前

02 お湯が沸騰したら蒸し器（上段）にもち米
をセットし、30分蒸す。おこわぐらいの
硬さになったら炊きあがり。

開始15分前

03 もち米を蒸している間に臼の凹部に熱湯を
入れ、杵の先も浸して温める。

※もちが冷えないように、木肌にもち米
がくっつかないようにするため

開始直前

04 杵をお湯から取り出し、臼の中のお湯も捨
てる。もちつきの際はお米が飛び散るので
臼の下にはブルーシートを敷き、台の上に
手水桶も準備する。

～準備するもの～

- もち米 1臼につき
2升(3kg)がベスト
- 臼
- 杵
- 蒸し器
- 蒸し布
- コンロ または
カセットコンロ
- ガスボンベ
- チャッカマン
- ブルーシート
- 手水桶
- 手水桶台
- ザル
- ボウル
- やかん
- しゃもじ
- ふきん
- たわし

片付けで
使用



いよいよもちつき開始！
流れは裏面をCHECK





もちつき開始



冷めないうちに
もちを仕上げるのが大事。
15分以内につきあげよう。

01

蒸しあがったもち米をすばやく臼に投入！

02

もち米をこねる。(目つぶし)

臼の周りをまわりながら杵をひねらせ、
もち米にグリグリ押しつけるように、
かたちがわからなくなるまでこねる。

もちつきは
「こね8割、つき2割」
ねばりが出るまで頑張ろう。

03

もちつきスタート

手返しの際に手水桶の水を手につけな
がらもちをつく。30回程で一度もちを
ひっくり返し、満遍なくついていく。
100～120回ついて、出来上がり！

手水の調整が重要。
少ないと杵にくっつき、
多いと柔らかくなりすぎてコシ
のないもちに・・・

はじめは静かに

最初から勢いよくつくと
もち米が飛び散ってしまうかも。

蒸したてのもち米は
とっても熱いので注意！

なか強く

つき手、返し手の息を合わせて
リズムよく！

仕上げはやさしく

やさしくついて、滑らかな仕上がりに。



04

完成



片付け



01

臼にお湯を入れ、たわしやしゃもじを使ってもちを取り除く。
時間がたつほど、もちは取りにくくなるので注意。

担当：名寄市役所経済部農業経営担当
TEL：01655-3-2511
MAIL:ny-noumu@city.nayoro.lg.jp

