

桜餅

桜餅は地方によって大きく形が2種類にわかれ、関西風の道明寺餅と、関東風の長命寺餅があります。

・「道明寺」餅：道明寺粉で皮を作り餡を包んだ、まんじゅう状のお餅で、道明寺粉のつぶつぶした食感が特徴です。道明寺粉とは、もち米を蒸して乾燥させ粗挽きしたものです。大阪や京都の道明寺で保存食として作られたのが起源といわれています。

・「長命寺」餅：クレープのような生地で餡を見えるようにしてあるのが長命寺桜餅です。

生地には小麦粉にもち米（白玉粉）を混ぜ、もちちりとしているのが特徴です。

皆さんの地域ではどちらの桜餅を食べますか？

また、桜餅に使う葉は、現在ではほとんど、毛の少なく柔らかいオオシマザクラの葉が使われています。

桜の葉は塩漬にすることでクマリンという芳香成分が生まれ、独特の風味を醸し出します。生の葉にはあの香りはなく、塩漬の葉で包むことで

香りや塩気がついておいしくなります。クマリンはポリフェノールの一種で、抗酸化作用や抗菌作用、抗血液凝固の効果があるといわれています。

