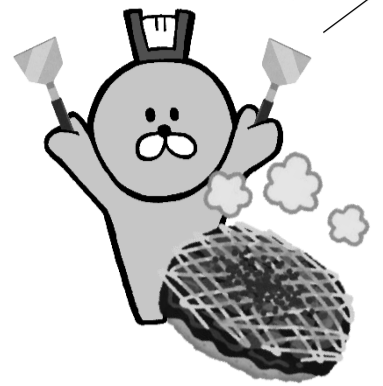


5月7日は
「コナモンの日」
なんだよ!

おいしい! たのしい! 「粉もん」の世界



「粉もん」について知る本

『小麦粉の科学』	大楠 秀樹／著 (日刊工業新聞社)
『47都道府県・こなもの食文化百科』	成瀬 宇平／著 (丸善出版)
『日本の食はどう変わってきたか』	原田 信男／著 (角川学芸出版)
『お好み焼きの物語』	近代食文化研究会／著 (新紀元社)
『もんじゃの社会史』	武田 尚子／著 (青弓社)
『そばうどん知恵袋 111 題』	そばうどん編集部／編 (柴田書店)
『パスタと麺の歴史』	カンタ・シエルク／著 龍 和子／訳 (原書房)
『パンケーキの歴史物語』	ケン・アルバーラ／著 関根 光宏／訳 (原書房)

おうちでつくれる! 「粉もん」レシピ

『お好み焼き・たこ焼き・もんじゃ焼きプロの究極の味を家庭でつくる!』	粉もん研究会／編 (洋泉社)
『最新人気お好み焼もんじゃ焼鉄板焼』	(旭屋出版)
『うまいっ! お好み焼き&焼きそば』	林 幸子／著 主婦の友社／編 (主婦の友社)
『浜内千波の野菜たっぷりやせる! お好み焼きダイエット』	浜内 千波／著 (PHP 研究所)
『フライパンひとつで! いつでもおいしい小麦粉レシピ』	柳澤 英子／著 (河出書房新社)
『絶品! 薄力粉レシピ』	館野 鏡子／著 (NHK 出版)
『ベターホームの初めて打つそば・うどん』	ベターホーム協会／編集 (ベターホーム出版局)
『うどんを打つ』	柴田書店／編 (柴田書店)
『レンジですぐうま! 朝昼晩の冷凍うどん』	浜内 千波／著 (日東書院本社)
『本むら庵直伝そば打ち入門』	小張 勝彦／著 (日本文芸社)
『焼きそば!! かんたん・おいしい節約レシピ』	中野 佐和子／著 (池田書店)
『ごちそう焼きそば 108 品』	柳澤 英子／著 (日東書院本社)

おうちでつくれる! 「粉もん」レシピ ~世界の「粉もん」編~

『ポリ袋で作ろう! 餃子、めん、パンを』	荻野 恭子／著 (文化学園文化出版局)
『餃子・焼売・中華まん』	茂手木 章／著 (家の光協会)
『ウー・ウェンのみんなで楽しい小麦粉料理』	ウー ウェン／著 (高橋書店)
『チヂミ 50』	ソン ソンヒ／著 チョウ イリヤン／訳 (トランスワールドジャパン)
『おうちで作れる台湾小麦粉料理』	周 清源／著 (世界文化社)
『まいにち食べたい手打ち生パスタ』	金子 琴美／著 (誠文堂新光社)
『もっと気軽にパスタとかんたんイタリアン』	(学研パブリッシング)
『ショートパスタ・ブック』	渡辺 麻紀／著 (河出書房新社)
『焼きたて! おうちピザ』	濱田 美里／著 (講談社)
『フランス・ブルターニュ地方の味をおうちで楽しむガレット&クレープ』	メゾン ブルトンヌ・ガレット屋／著 (キラジェンヌ)

おうちでつくれる! 「粉もん」レシピ ~パンとスイーツ編~

『かんたん手ごねパン』	坂田 阿希子／著 (西東社)
『テコナベールワークスのまいにち食べたいベーグルの本』	テコナベールワークス／著 (マイナビ出版)
『クイックブレッドで朝ごはん』	柳瀬 久美子／著 (文化学園文化出版局)
『ビスケットとスコーン』	砂古 玉緒／著 (講談社)
『生地がおいしいパンケーキ』	桑原 奈津子／著 (家の光協会)
『いちばんやさしい! いちばんおいしい! パンケーキ&ホットケーキ』	おおつぼ ほまれ／著 (日東書院本社)
『おいしい蒸しパン』	コマツザキ アケミ／著 (池田書店)

小麦粉以外の「粉もん」レシピ

『米粉ランチ』	サカイ 優佳子／著 田平 恵美／著 (農山漁村文化協会)
『もちもち、ふわふわ米粉の蒸しパン』	上田 まり子／著 (家の光協会)
『作業時間 10 分米粉 100%のパンとレシピ』	高橋 ヒロ／著 (イカロス出版)
『小麦粉なしでもこんなにおいしい! 米粉と大豆粉のお菓子』	木村 幸子／著 (主婦の友インフォス)
『そば粉 100%のおいしいパンとレシピ』	小池 ともこ／著 (二見書房)
『グルテンフリーのパンと麺とおやつ』	大越 郷子／著 (PHP 研究所)
『糖質 80%オフのブランパンと、ブランのスイーツ』	村田 裕子／著 (オレンジページ)

「粉もん」が出てくる小説、エッセイなど

『こなもん屋馬子』	田中 啓文／著 (実業之日本社)
『こなもん屋うま子大阪グルメ総選挙』	田中 啓文／著 (実業之日本社)
『峠うどん物語 (上・下)』	重松 清／著 (講談社)
『うどんの時間』	山下 貴光／著 (文芸社)
『ビーワンダー! B-1 王者富士宮やきそば物語』	高橋 政光／著 (幻冬舎ルネッサンス)
『麺と日本人』	椎名 誠ほか／著 椎名 誠／選 日本ペンクラブ／編 (KADOKAWA)
『もし文豪たちがカップ焼きそばの作り方を描いたら青のり MAX』	神田 桂一・菊池 良／著 (宝島社)
『そばと私』	季刊「新そば」／編 (文藝春秋)
『そば アンソロジー』	池波 正太郎ほか／著 小林 キユウ／写真 (パルコエンタテインメント事業部)
『パンソロジー パンをめぐるはなし』	池田 浩明／編 (平凡社)
『おかしなパン 菓子パンをめぐるおかしくてためになる対談集』	池田 浩明／著 山本 ゆりこ／著 (誠文堂新光社)

「粉もん」とは、様々な穀物の粉を使った食べ物の総称です。お好み焼き、たこ焼き、うどんなどを指すことが多いですが、長野県のお焼き、群馬県の焼きまんじゅう、岩手県の南部せんべいなど日本各地の粉どころに存在する様々なメニューのほか、広くはパンやパスタなども含めることがあります。熊本にも、様々な「粉もん」があります。小麦粉を練った生地でさつまいもとあんこを包んで作るいきなり団子や、南関町の名物である南関そうめんもそのひとつ。そのほかにも、あんころがし、石垣だご、甘酒まんじゅう、みょうがまんじゅうなど、粉を使った食べ物は県内各地に数多く存在し、各地域や家庭で愛されています。

【参考】リスト掲載資料のほか、以下ウェブサイト

- ・日本コナモン協会 (<http://konamon.com/index.html>)
- ・日清製粉グループ「それいけ! コナモン探検隊」(<https://www.nisshin.com/entertainment/konamon/>)

「粉もん」について

