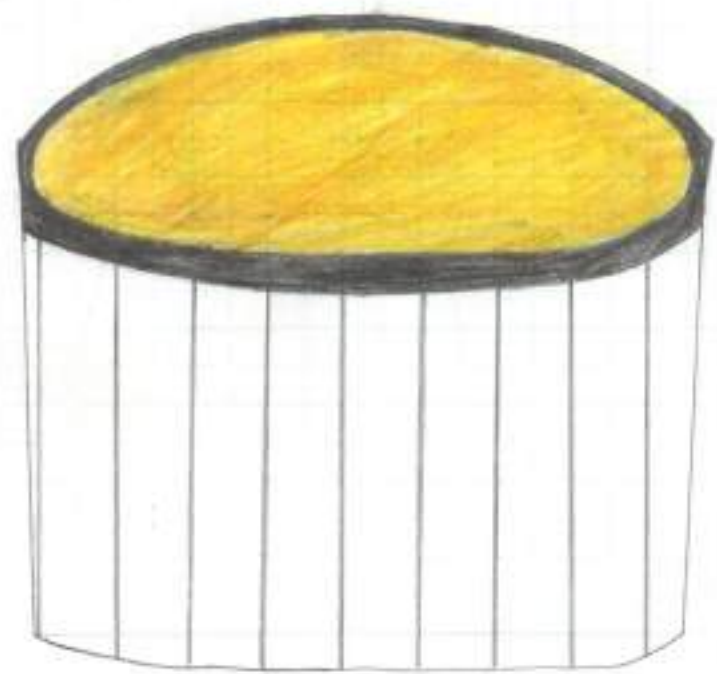


さつまいも プリン



材料(ココット 6 個分)

卵 3個 てんさい糖 50g 牛乳 300cc
さつまいも粉 適量 バニラエッセンス 5滴 } 生地

お湯 60cc てんさい糖 100g 水 大さじ1 } カラメルソース

作り方

カラメルソース

- ① 鍋にてんさい糖、水を入れ、茶色になるまで、中火で熱する。
- ② 火をとめ、お湯を加えて混ぜる。
- ③ ココット(または耐熱性容器)にカラメルソースを等分に入れ、そのまま冷やす。

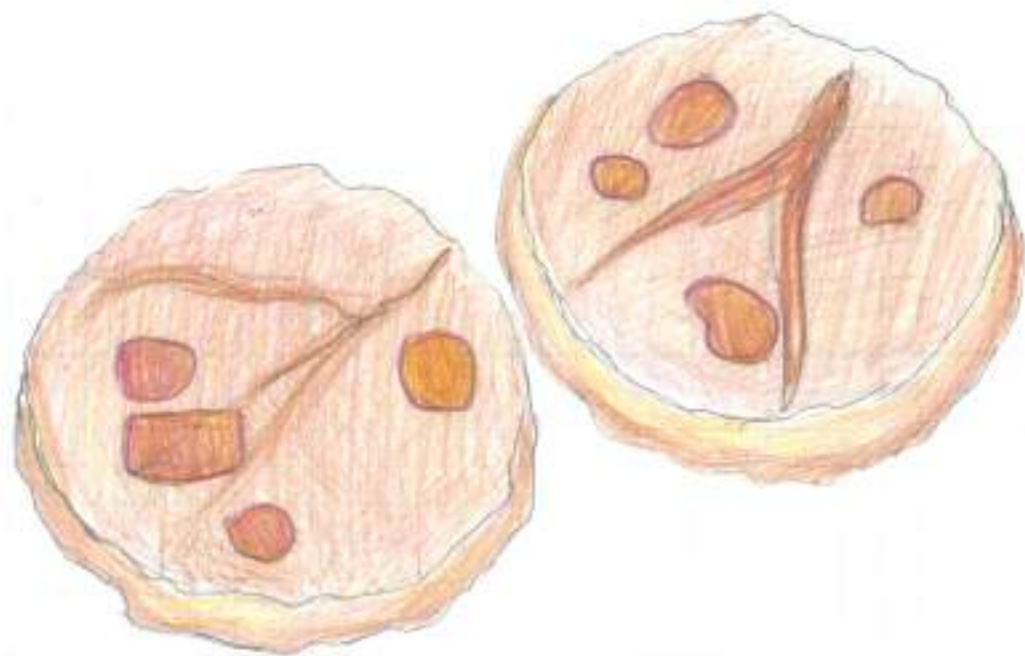
生地

- ① ボウルに卵を入れて混ぜる。さつまいも粉とてんさい糖を入れて混ぜる。
- ② 鍋に牛乳を入れて、湯気が立つまで中火で温める。
- ③ 卵液に②を3回に分けてその都度混ぜて入れる。
- ④ バニラエッセンスを加えて混ぜる。
- ⑤ カラメルソースの入ったココットに等分に流し入れる。
※オーブンを160℃に予熱する。
- ⑥ 70~80℃のお湯をココットの半分くらいまで入れる。
※深めのバットを使用する。
- ⑦ 天板に卵液が入ったバットをのせ、予熱したオーブンで40分焼く。
- ⑧ 粗熱をとり、冷蔵庫で2時間ほど冷やす。

完

成

サツマイモスコーン



工夫点

生地にさつまいもを混ぜるとき、
混ぜこみすぎずにすると、きれいな
層ができておいしそうに見えます。

材料

- ホットケーキミックス 150g
- マーガリン 10g ◦ 卵 ½個
- 練乳 50g ◦ さつまいも
- 牛乳 25ml ◦ 砂糖 15g ◦ サラダ油 10g

作り方

1. ボウルに卵と練乳とサラダ油を入れる。
2. 1にホットケーキミックスを入れ混ぜ、冷蔵庫で冷やす。
3. さつまいもを1口大に切り、レンジで600wで3分～4分。
4. 砂糖とマーガリンと3を入れ混ぜる。
5. 牛乳を入れ更に混ぜる。
6. まとめた生地の上に5をのせて伸ばす。
焼いて完成!!

アニマルクッキー



材料

- 薄力粉 180g
- バター(無塩) 90g
- 砂糖(グラニュー糖) 50g
- ミルクチョコレート 50g
- ピーナッツ(メムビレ) 30g

レシピ

1. 常温に戻しておいたバターを柔くなるまで練る。
2. 柔らかくなったバターに砂糖を2〜3回に分けて加え混ぜる。
3. 振っておいた薄力粉を加えてゴムベラなどで切るように混ぜる。
4. 湯銭して溶かしておいたチョコを入れて、さらによく全体を混ぜる。
5. 細かく刻んでおいたナッツを入れてさらに粉、ほぐし、なくなるまで手でにぎるように混ぜ、ひとまとまりにする。
6. ラップにつつんで1時間冷蔵庫に入れて生地を休ませる。
7. うすくのばして、動物の形をとら、クッキングシートの上のひいた天板に間隔を空けておく。
8. 180℃に予熱したオーブンに入れ、13〜15分ほど焼く。
9. 焼きあがったらよく冷まして完成。

コーンソフトクリーム

教室への思いは
ずっと伝えている
いろいろとお世話
になりにまして
思返しもした
と涙が奪えま
した。



エッセ

このメニューを
考へる足し？
他の人たちが考へ
てくれないような
考へをフクろうと思つた
足しに 思いついた
のが、コーンソフト
クリームでした。

牛乳 250ml	用意する物、下準備 耐熱容器
米粉ゼラチン 5g	小さいボールと大きいボール
てんさい糖 60g	なべ
生クリーム 150ml	ミキサー
バニラエッセンス 5滴	溶かす器
氷 300g ~ 500g	しぼり器
塩 150g ~ 300g	下準備
スイートコーン 100g	スイートコーンをゆでる。
はちみつ 10g	さまして身を絞す。

作り方

牛乳 50ml を耐熱容器に入れ電子レンジで
600W 1分20秒
あたため終った後、米粉ゼラチンとてんさい糖を入
れ混ぜる。
小さいボールに牛乳 200ml と生クリーム
150ml を耐熱容器に入れ、たろを加え力き
混ぜる。スイートコーンもミキサーにかけボール
に加え、バニラエッセンスも5滴を加える。
大きいボールに氷と塩を入れそこに小さいの
ボールごと入れる。混ぜ混ぜ、しぼりと
混ぜた後、しぼり器に入れて、お好きな味に
しぼり、完成。

#ぬーぐる

<材料> (4個分)

【ベーグル】

強力粉(キタカオリ) 250g

砂糖 18g 水 150g

ドライイースト 3g 塩 3g

【ほしむすめ】

こしあん(炭むらこ) 200g

北海道よつ葉バター 32g

ローストしたメムビ 適量

「キタカオリ」を
使ったベーグル

北海道
よつ葉バター

メムビ入り
「炭むらこ」
のこしあん

作り方

1. ボウルに材料を入れて混ぜ合わせ、粉気がなくなったら台に出す。生地を台に練り付け、伸ばして厚さを調整する。
2. 生地全体を耳たしと同じ高さにならせた後、上を閉じ、1個105gに4分割し、軽く丸める。ラップをふんわりかけて20分休ませる。
3. とし目を上にして台に置き、めん棒で9×12cmに伸ばす。手前から生地を3つめに巻く、軽く転がす。
4. 生地を両手で転がし、長さ22cmくらいに伸ばす。巻の終わりを手前上に置き、右側2cmを斜め上下に伸ばす。
5. 反対の生地を2つ折りに一周させ、伸ばした生地を包む。とし目を下にしてオープンシートにする。30℃で35分発酵させる。オープンで200℃で予熱する。
6. 湯1Lに炭入さじ2の砂糖(分量外)を入れ、オープンシートを2端にベークトを入れ、1分休ませる。(途中オープンシートを返す)
7. 上下裏返し、さらに1分休ませてよく湯切りする。
8. とし目を下にしてオープンシートの上におき、200℃のオープンで15~18分焼成する。
9. 4等分したバター、ローストしたメムビを混ぜ、あんこをベーグルの間に挟んで完成!

この商品は...

- ・一時トレンドだ、たべーグルにあんバターをはさむことで新しい物好きなネット社会に響くかも!
- ・芽室産の美味しい食材を全体でアピール!

芽室でつくられている食材を最大限生かすことができて、しかも香りがよく、ほろりと出せるベーグル。そして甘いあんこ、そして芽室産のメムビを入れた「炭むらこ」を混ぜる。

Potato Balls



※ステックは、イーストです

材料(約10個分)

- ・じゃがいも...150g
- ・片栗粉...15g
- ・とうきび...30g
- ・チーズ...80g
- ・塩...3g

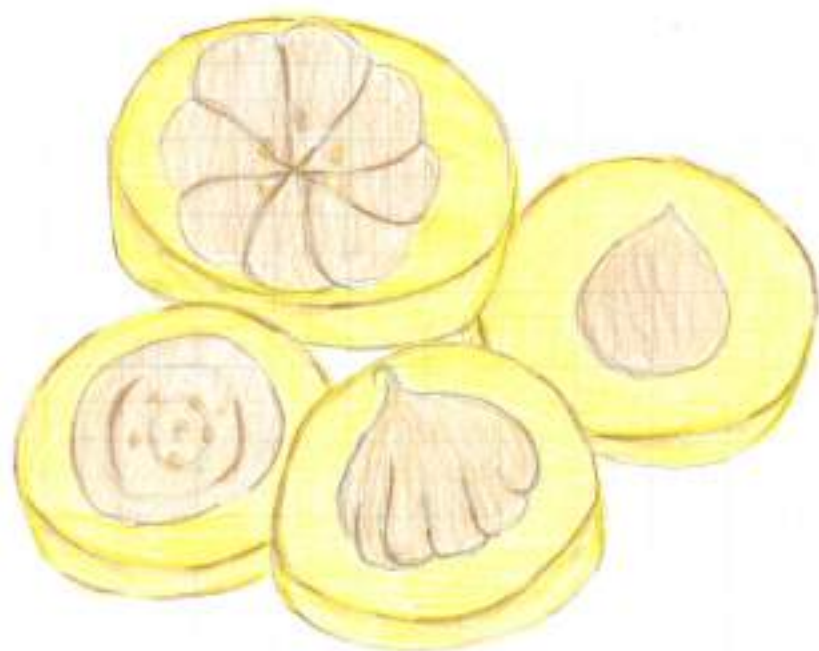
レシピ

- ①まずじゃがいもの皮をむき、よく洗い、なべでじゃがいもをゆがきます。
- ②じゃがいもを潰かして、すり鉢にすりつぶす。
- ③次に、とうきびのつぶをばらばらにし、すりつぶす。
- ④次に、片栗粉を入れます。
- ⑤片栗粉を入れたら、よく混ぜます。
- ⑥おろしたチーズをすりつぶし、すりつぶす。
- ⑦1つあたり、すりつぶしたチーズを、すりつぶす。
- ⑧おろしたチーズをすりつぶす。
- ⑨おろしたチーズをすりつぶす。
- ⑩おろしたチーズをすりつぶす。
- ⑪おろしたチーズをすりつぶす。

食べる時は、やけどに中し、ケチャップやバターを付けて食べるのもいいです。

ほかには、チーズのかわりにバターを入れたり、ウインナーや、もみぎんこを入れたり、いろいろあります。バジル粉、カレー粉など、お好みで入れてもOKです。

さつまいもナシ クッキー



材料 (直径約5cmを12~15枚)
クッキー

• さつまいも 1本約200g

• ホットケーキミックス 100g

• バター (有塩でもok) 60g

• はちみつ 大さじ1
甘い物がいい

☆ 砂糖 50g



材料 ピーナッツクリーム

• ピーナッツ 150g • 砂糖 大さじ1

• 無塩バター 30g • 塩 ひとつまみ

• はちみつ 大さじ1

手順

1 ピーナッツの皮をむく

2 フードプロセッサーに入れ
ペースト状になるまで混ぜる

3 バターを加えなじむまで更に混ぜ
はちみつ、砂糖、塩を加えてなじませる

手順

1 さつまいもをラップで
包み600Wのレンジで
5分加熱

2 適当な大きさに輪切り
し、皮をむいていく

3 なめらかになるまで
潰し、常温に戻したバター
はちみつ、ホットケーキ
ミックスを入れまとま
るまで混ぜる

☆ 甘い物好きならは
砂糖 50gを加える

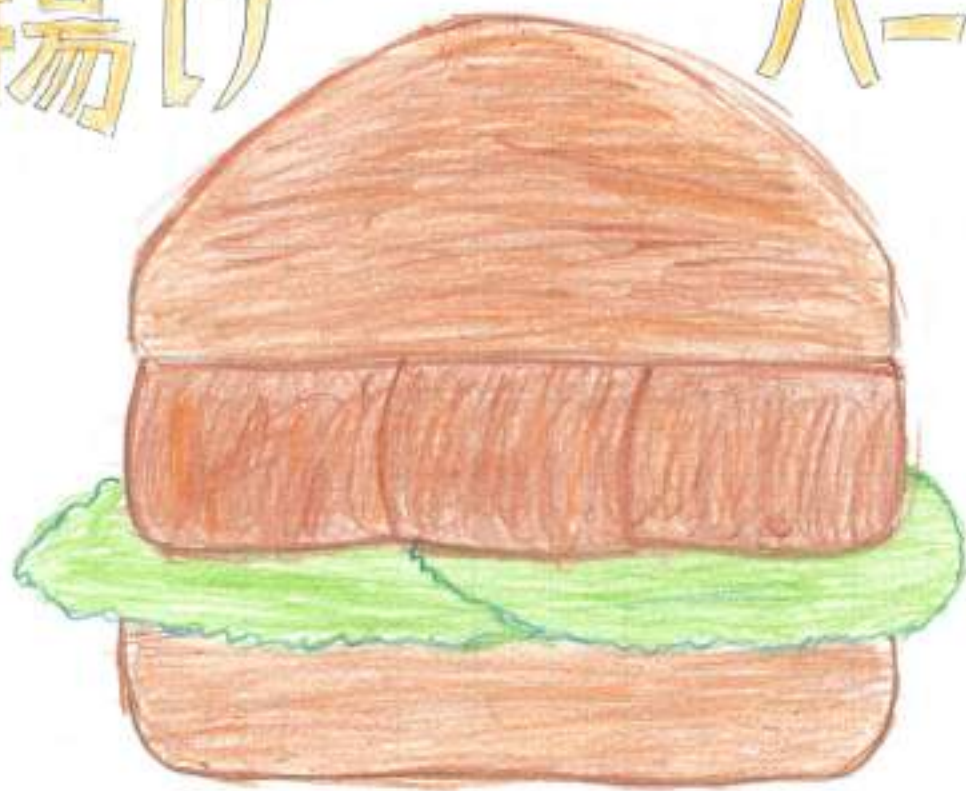
4 棒状にしてラップで包
み冷蔵庫で30分休ませる

5 5~6mmの厚さに切り
クッキングシートを
敷いた大板に並べ
180°に予熱した、
オーブンで15分焼き
トースター

☆ (でもok)
様子を見ながら

完成

めむろ肉巻き 揚げバーガー



材料

パン：強力粉200g 水130ml 砂糖10g

ドライイースト4g 塩3g (パン4分)

かき揚げ：とうもろこし100g ごぼう1本 油適量

薄力粉大さじ3 水大さじ3 (かき揚げ3分)

肉：豚肉150g しょうゆ大さじ2 砂糖大さじ2

みりん大さじ2 (かき揚げ3分)

レタス1枚(バーガー1個分) ※は青産食材

レシピ

パン 材料をすべて混ぜ、生地=グルテンの膜ができるまでこねる。

50分1次発酵させ15分休ませ60分2次発酵させる。

生地を4つに分けて10-12分こねないよう見守りながら220℃で焼く。

かき揚げ とうもろこしを粒、ごぼうを薄い斜め切りにする。

薄力粉と水をおはりが出ないように混ぜとうもろこし、ごぼうと合わせる。

3つに分けて成形し180℃の油で色がつきサクッとねまき揚げ。

肉 豚肉を焼く、しょうゆ、砂糖、みりんを入れ煮詰める。

バーガー パンを切り、かき揚げを肉で巻く。

レタス、肉巻きかき揚げをパンではさんで完成!!

茅室産タルト

茅室産 食材

・さつまいも・落花生・砂糖・小麦粉・卵

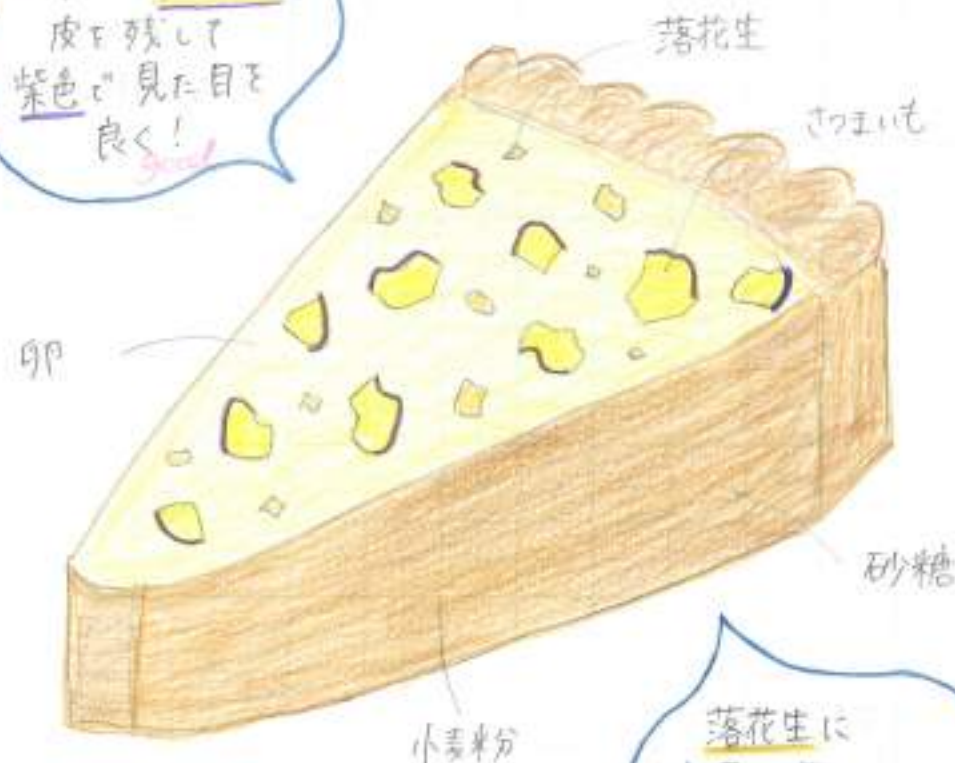
<タルト生地>

・バター 50g
・小麦粉 100g
・砂糖 30g
・塩 ひとつまみ
・卵黄 1個

<カスタードクリーム>

・グラニュー糖 50g
・卵黄 2個
・牛乳 250ml
・バニラエッセンス 2〜3滴
・薄力粉 25g

あえて、さつまいもの
皮を残して
紫色で見た目を
良く!



落花生に
少量の塩をふる
「塩味」をプラス!!

レシピ

(下手順)

1. 卵、バターを常温にする
2. 小麦粉をふる
3. 型にバターをぬる
4. 小麦粉で余分な粉を落とす

(カスタードクリーム)

1. 小鍋に卵黄と砂糖を入れる
2. 牛乳を加えながら混ぜる
3. 中火でフツフツしたら
弱火でクリーム状になるまで混ぜる

(タルト生地)

1. ボウルにバターを入れて混ぜる
2. 砂糖・塩を加えて混ぜる
3. 卵黄を加えて混ぜる
4. 冷蔵庫で1時間
5. ラップで生地をはさむ+のはずす
6. 型にのせ、穴をあけて
1時間冷やす

クリーム、さつまいも、落花生
を加えて 完成!!

×ムビー ブルレプリン

材料 6個分

- | | |
|-------------------|---------------------------|
| 1. 牛乳 ... 400g | 5. 卵黄 ... 4個 |
| 2. 生クリーム ... 200g | 6. ×ムビーチップス |
| 3. 砂糖 ... 120g | 7. グラニュー糖 ... 24g
(表面) |
| 4. 全卵 ... 2個 | |



★ 作り方 ★

- ① 1, 2, と 3 を 30g 入れ 中火 で 加熱 し、
沸騰したら火を止める
- ② 別の容器に 4 と 5 を ほどき 混ぜる
- ③ 3 の 残り を 全て 入れ ① を 加えて 混ぜる
- ④ 裏ごししてから表面の泡を取り除く
- ⑤ プリン容器に流し入れ 140℃ で 予熱 した
オーブンで 45 分間 加熱。(このときバットに
お湯を入れる！)
- ⑥ プリンの上にグラニュー糖を乗せバーナーで
炙る！ その上に×ムビーを乗せたら 完成!



みんな大好きプリン
ガブルレに?!

めむぎり



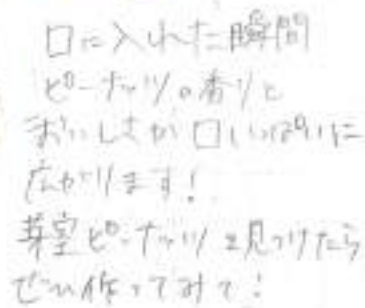
< 材料 >

- ・ ご飯
- ・ 茅室産コーン
- ・ 鰹節
- ・ 醤油
- ・ バター

< 作り方 >

① 茅室産コーン、バター、ラップを
アをがけてレンジで加熱する。
バターが溶けていたら、ざっ
くりと混ぜて鰹節を入れた混ぜ
合わせる。

② ボールにご飯と①を入れて全
体に味がいきわたるように混
ぜ、三角ににぎる。

π^0 -タツマカロン

ほとんどの場合はア-モノ'バ'クリ-を使用できる。
芽室の特産品のビ-タリを使用、ア-粉米のビ-タリにしてみました。
 その他にもビ-タリクリ-も使用にとビ-タリと
 最大限に採らなくてはなりません。

② $f^{-1}(f(A)) \supseteq A$ となるから $f(A) \supseteq f(f^{-1}(f(A)))$ となる

~ Material ~

粉砂糖 40g, ココアパウダー 5g, 粉ふり 40g, 卵白 17分
7分 = コーラ糖 20g, 0-7分 = 6分 = 17

~ How to make ~

1. クッキーシートに直径 3cm の円を 30 個かく。
おかしを裏返して天板にのせておく
2. 粉砂糖、ココアパウダーをふる。おかしを粉砂糖とココアパウダーをいれる
3. 卵白をハンドミキサーで泡立てる
白く泡立つまで 2~3 回に分けてグラニュー糖をいれて混ぜる
(ツヤツヤの泡がきたら OK!)
4. 3 に 2 をいれて混ぜる
5. メレンゲを泡立てる。おかしを泡立てる
6. 絞り袋に入れたクッキーシートにのせて絞り出す
7. 絞りおかしを下から叩いて空気を抜く。
8. そのまま 20~30 分放置する。(指で生地がつかない程度に OK!)
9. 200℃ で予熱したオーブンで 200℃ 30 分焼く (コエがきたら OK!)
10. 130℃ で 10 分焼く
11. 冷めたらクッキーシートからはずす。
12. ビターチョコクリームを塗る
13. 好きなデコレーションしたら完成!!

△ 汁 赤 汁 1 L Δ
赤 汁 700 ml 赤 汁 2 L



point

使う道具は、由分や水筒をフリて、いかに石を落とせる
メレンゲを作るとき、ハンドミキサーで混ぜておくと good
絞り袋をつかうとキレイに絞れた。せる

材料

簡単!

イチゴ

ピーナツチョコスコーン!



×

チョコ
スコーン

XACO-CH

チョコチップはくたく

下準備

バターはスライス

A	薄力粉	(300g)	E	ダシヨウヨーグルト
B	ベーキング	(5g)	F	クッキング
C	バター	(100g)	G	板チョコ 2まい
D	牛乳	(40cc)	H	チョコ

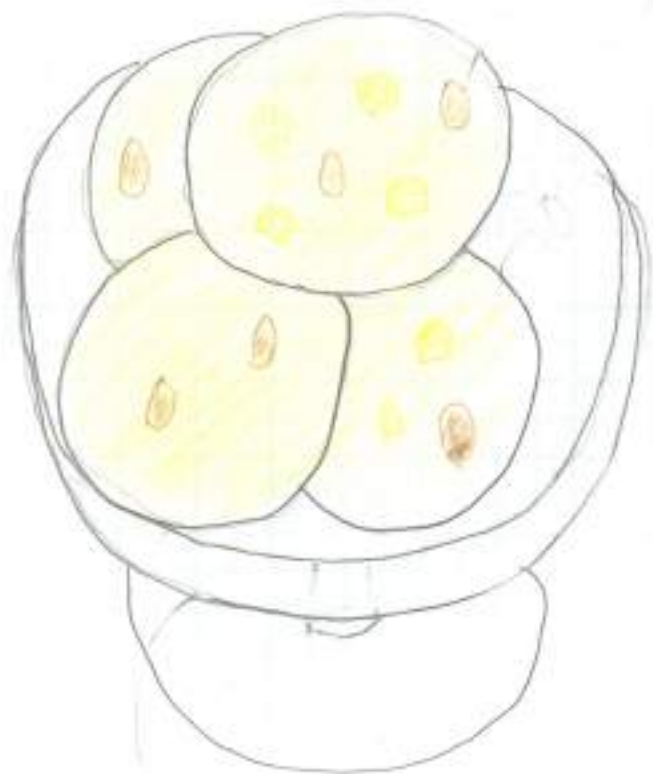
How to make

- ① DEFを計量カップに入れてよく混ぜる
- ② A.Bをボウルに入れて、よく混ぜる
- ③ Cを入れて、しっかりと混ぜ合わせる
- ④ チョコとチョコを入れる
- ⑤ ①の液を2回に分けて混ぜ合わせる
- ⑥ テーパーで包み、生地を冷やす
- ⑦ 生地を切りとり、18分ほど焼いたら完成

※ 保存する場合、保存容器に入れて冷蔵庫へ
アレンジ

板チョコ ユーレインチョコを混ぜてもおいしい

コーンナッツアイス



材料

- ・コーン 100g
- ・クリームチーズ 100g
- ・生クリーム 100g
- ・砂糖 30g
- ・牛乳 大2
- ・ナッツ

作り方

- ① 生クリームをボウルに入れ、硬めに泡立てる。
- ② フードプロセッサーに氷気を切ったコーンと牛乳を入れ、ペースト状になるまで攪拌する。
- ③ クリームチーズは耐熱ボウルに入れ、レンジ 600w 20秒加熱し、砂糖を加えて混ぜる。
- ④ ③に②を加えて混ぜる、さらに、①を加えて混ぜる。
- ⑤ タッパーなどに入れて冷凍庫で冷やし固める。
- ⑥ 食べる時はレンジで10〜20秒温める。

Three types の ホクホクで

～ おい **C** !! 蒸しパン  ～



さつま芋 
具材がゴロゴロ

と大きくて食感が
スゴイ 蒸しパン!



えだまめ



えだまめの中には、

ベーアミラーゼ が入っ

ており甘味がありおい **C**!



コーン 
芽室産の **コーン** は

ととても **甘い** ので蒸し
パンに絶対合う!!

<料理の売り!>

○ 芽室産の **コーン** と **えだ豆** ・ **さ**
つま芋 を使った蒸しパン!!
ホクホクでとてもおい **C** です!

<材料>

- 卵 → 1コ
- 牛乳 → 50cc
- 砂糖 → 40g
- 薄力粉 → 100
- ベーキングパウダー → 小1
- サラダ油 → 大1
- **コーン**
- **サツマイモ**
- **えだ豆**

<作り方>

1. **サツマイモ** を10分程ゆで、
たけぐしが **スー** と入った 
2. ボウルに卵 → 砂糖 → 牛乳の
順に入れ、**まぜる**。
3. ふるった薄力粉・パウダー
サラダ油をいれて **まぜる**。
4. 3をカップ7分目までい
れ、**野菜類** を入れる。
5. なべに湯をわかし、蒸し器
をのせてふたを被せて12分、
中火 で蒸したら **完成**!!

It's NICE な大豆めし

作り方

きなごごはん

① 白米ときなこを混ぜる

きなこポテト

① ジャガイモの皮をむき、一口大に切り、水にさらす

② 水気をきり、油で揚げる

③ 粗熱がとれたら、きなこ・砂糖・塩をまぜたものと混ぜる

大豆のカリカリ揚げ

① 天ぷら衣に大豆を入れ、まんべんなくまぜる

② 油で揚げ焼きする

③ 衣がついてきたら、油から上げ、塩をふる

まめまめサラダ

① 大豆・枝豆・コーン・キャベツに、マヨネーズをかける

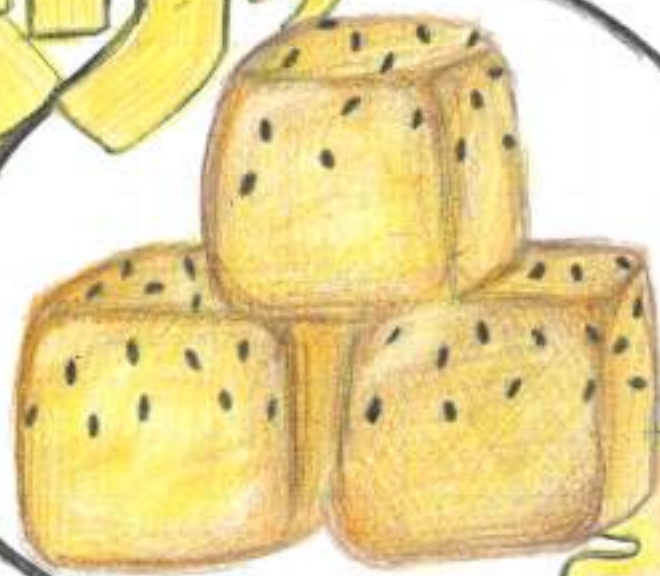


大学いももち



作り方

- 【準】 さつまいもの皮をむき1口大に切ったら水につけておく
(アツカ揚げ、キレイは茶色に!)
- 【準】 ピーナッツは砕いておく
- 1 さつまいもは水で切ってラップをし電子レンジ(600w)五分加熱する。
 - 2 フォークで潰し、☆、水大さじ6を加えて、ラップで四角く包む。
 - 3 同丁で食べやすい大きさに切る。
 - 4 フライパンに油をひき、中火でこんがりするまで車かきして油が氷焼く。
 - 5 ☆を合わせてかき混ぜ、カリッとツヤが出るまで絡める。
 - 6 黒ごまと砕いておいた×ムピーを煮たいうちにふり、ワッキングシートに広げ、半量ほどカリカリに!



アイス や
ホイップクリーム をのせて豪華に!

お弁当の1品にもピッタリ!

材料

- 芽室産のさつまいも ... 300g
- ×ムピー ... 30g
- ☆ 砂糖 ... ④ 4杯
- ☆ しょう油 ... ④ 1/2杯
- ☆ 酢 ... ④ 1/2杯
- ④ 片栗粉 ... ④ 3杯



もちー
ほんのり
ピーナツ



ミートンカツサンド



夏秋キャベツ

めまろ・SPF豚かつ

めまろがっつりミートソース



材料

〜めまろがっつりミートソース〜

- ・アスパラ、ナス、ズッキーニ、玉ねぎ、コーン、パプリカ、さつまいも、ピーマン
- ・ホールトマト缶（水は入れない）
- ・コンソメ・にんにく・塩・しょう油・砂糖・ケチャップ
- ・ウスターソース・とんかつソース

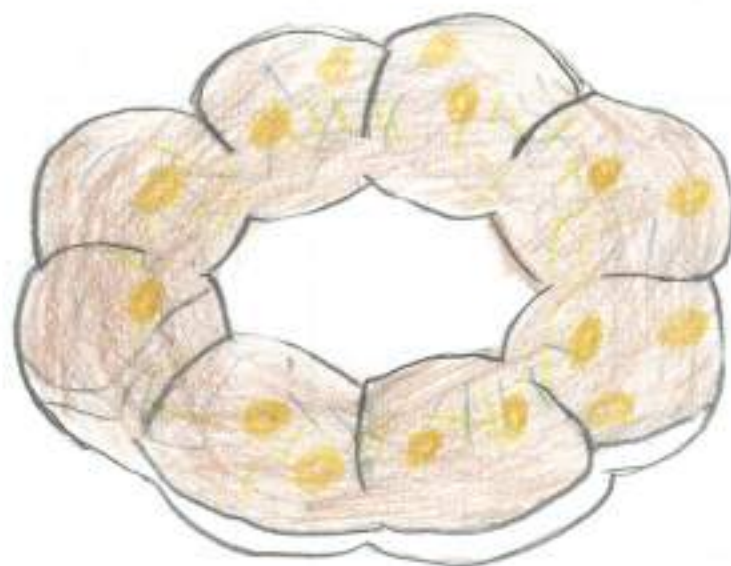
〜とんかつ〜

- ・豚肉・塩・しょう油・薄力粉・卵・パン粉

レシピ

- 1...まずはミートソースを作る。水は入れずに野菜の水分を濃厚に!!!
- 2...とんかつはカラッと揚げる。
- 3...パンにバターをぬり、夏秋キャベツの千切りを乗せ、ミートソース、とんかつの順に乗せる。
- 4...もう1つのパンにもバターをぬり、それをかぶせる。
- 5...最後に両手でしっかりと押し、CUTすれば完成!!!

チョコレート ピーナッツ リング



材料

・さとう(30g)

・マーガリン(20g)

・水あめ(15g)

・たまご(Mサイズ) $\frac{1}{2}$ 個

・小麦粉(30g)

・ミックスカカオスプレー

・強力粉(50g)

・白玉粉(120g)

・ピーナッツ

・ベーキングパウダー(3g)

・ヨーグルト(70g)

・特級小麦粉

・(糖) 25g (25g) (25g) (25g)

・チョコレート

作り方

1. チョコレートリングを作ります。

① さとう、水あめ、マーガリンを
鍋で溶かす。

② 溶かしたものを再度小さく分け、
混ぜる。

③ ヨーグルトを少し加え、
かき混ぜる。

④ 1個ずつ取り、これを
表面がツルツルになるまで
焼く。

チョコレートが溶けたら、

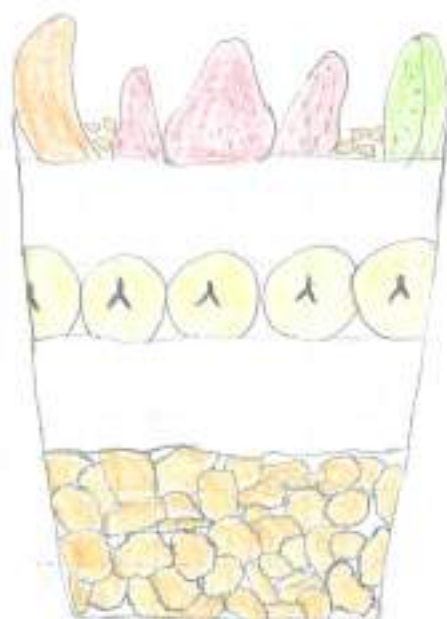
チョコレートリングを作り、チョコレートを

かためたけぬ。

そのチョコレートの上にピーナッツをのせる。
ピーナッツをのせたあと、ミックスカカオスプレー
をすくってかけるといい。

チョコレートピーナッツリングが完成。

メモロピーふりかけフルーツパフェ



事前準備

ピーナッツはふりかけのように使うので、先に砕いておく。

材料

- ・ ホイップクリーム ……適量
- ・ コーンフレーク…お好みの量
- ・ バナナ ……1本
- ・ イチゴ…3粒
- ・ メモロピーナッツ…お好みの量
- ・ キウイ ……1個
- ・ オレンジ…1個

作り方

1. 果物を切る
2. 具を順番に入れていく

作ろうと思った理由

昔、メモロピーナッツの方々には「ピーナッツ早採り選手権」でお世話になったので、少しでもお礼がしたかったから。

さつまいもパン



材料 ... 4人分

- ・強力粉 ... 160g
- ・上白糖 ... 10g
- ・インスタントドライイースト ... 3g
- ・無塩バター ... 10g
- ・プロセスチーズ ... 35g
- ・卵白 ... 1個分
- ・けしの実 ... 11/2g
- ・塩 ... 3g
- ・さつまいも ... 70g
(糸はるか)

準備

- ・さつまいもを1cmほどの角切りにし、水にひたしておく。
- ・水をきり600Wの電子レンジで3分加熱する。
- ・柔らかくになったらラップをかけて冷ましておく。
- ・冷めたらプロセスチーズを合わせて4個に分けておく。

レシピ

1. ボウルに強力粉と塩を入れて混ぜ、砂糖とドライイーストを配置しぬるま湯をドライイーストにめがけて流し入れ手で混ぜる。
2. 粉のほさが無くなったら台に出し手の平でなめらかになるまでこね、まとまりなめらかになる。たらバターを加えてこねる。
3. バターが混ざり生地が柔らかく弾力がでてきたらこね上がり。
4. 1次発酵 油脂をぬったボウルに生地を置き濡れ布巾を被せて35度で40~50分2倍の大きさになるまで発酵させる。
5. 生地が2倍に膨らんだら手をグーにして押しガスを抜く。
6. 生地を4個に分けそれぞれ丸める。濡れ布巾を被せ休ませる。
7. 緩んだ生地を丸くのぼす。このとき中心部を厚めにする。
8. 中心部に冷ましておいたさつまいもとプロセスチーズをのせ包み込み閉じ目をしっかり摘み閉じる。
9. 表面に卵白を塗す。その次にけしの実に全体にまぶす。
10. 2次発酵 30~35度で2倍になるまで発酵させる。
11. 発酵したら上部を十字に切る。
切り口に溶けるチーズをのせ200度に温めたオーブンで10分焼く。
12. 焼き上がりたら完成。



レイヤード オブ メムロ

芽室の土色層



レシピ

さつまいもクリーム
(さつまいも 3分の1
砂糖、生クリーム 大さじ2)

- ① よく洗ってつまようじでスッと入るまでレンジで温める
- ② よく潰す
- ③ 砂糖を入れてよく混ぜ、生クリームを入れて混ぜる

ピーナッツクリーム
(メムロ 40g 砂糖
バター 25g 大さじ1)

- ① ピーナッツは薄皮をむいてフードプロセッサーに入れる
- ② バターを加えてなじぶまで混ぜる
- ③ 砂糖を加えてまた混ぜる

コーンゼリー
(スーパコーン 150g 水 100ml
牛乳 60ml アガー 4g
砂糖 70g)

- ① コーン150gと牛乳、砂糖を加えてフードプロセッサーに入れる
- ② ①を温めて、アガーと水を加えて、よく溶かす。
- ③ 粗熱をとって型に流す。

ルバーブゼリー
(ルバーブ 150g アガー 4g
砂糖 70g 水① 100ml
水② 200ml (アガー用))

- ① ルバーブ、砂糖、水①を中火にかける。
- ② ①をフードプロセッサーに入れる。
- ③ ②とアガー、水②を火にかける(よく溶かす)。
- ④ 粗熱をとって型に流す。

#じゃがカッポモ★ グラタン.



材料

- ・じゃがいも 2個
- ・アスパラガス 4本
- ・ベーコン 2枚
- ・とけるチーズ
- ・塩、こしょう

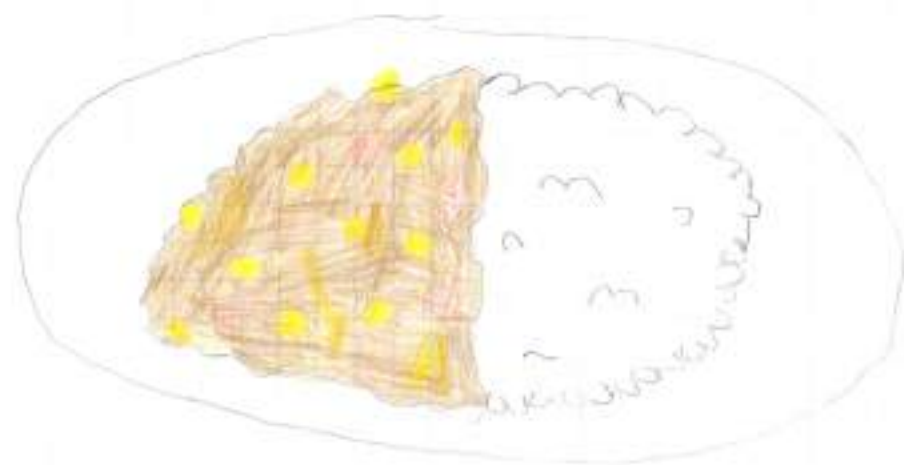


作り方

1. じゃがいもをまるごとゆで半分に切る。
2. アスパラを少し塩をいれた熱湯でゆでる。
3. ベーコンを焼く。
4. じゃがいもの上はアスパラガス、ベーコン、とけるチーズをのせ、オーブントースターで焼く。
5. こしょうと塩をふいて皿にのせて完成。

・じゃがいもグラタンは、体が冷えたときなどに食べて体をあたためたり、ちよとした小腹がすいたときに食べるで体はあたたかくお腹はちよとよくなります。とても茅渚を生かしたすごくおいしい商品です!!

ドライカレー (個)



〈材料〉

・豚ひき肉 100g ・玉ねぎ 1/4 ・ピーナッツ 120g ・コーン 適量
・ニンニクチューブ 2g ・カレー粉 大さじ 2 ・コンソメの素 1個
・ケチャップ 大さじ 1 ・中濃ソース 大さじ 1/2 ・バター 10g

〈準備〉

・玉ねぎをみじん切りにする。
・ピーナッツを袋に入れ、麺棒などで叩いて砕く。
・コンソメの素も砕いておく

〈作り方〉

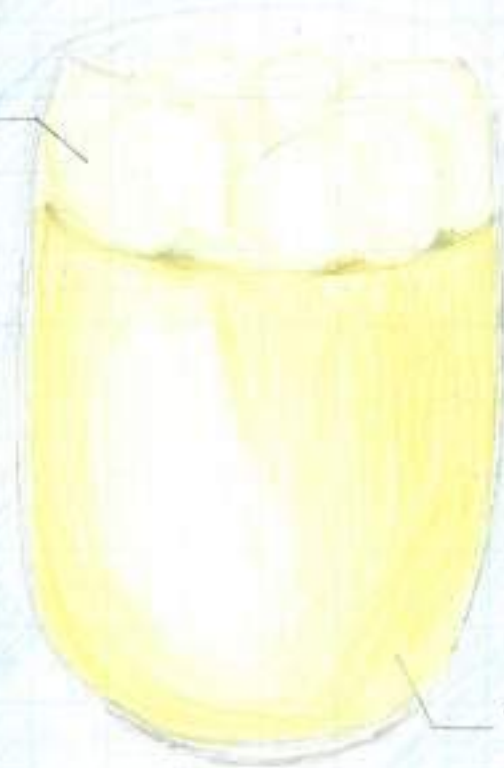
・フライパンを中火で温めて、バターをとがす
・ニンニクを入れて香りを立て、玉ねぎを炒める
・ピーナッツと豚肉を入れて炒める
・豚肉に火が通り、パラパラになったら調味料_※を入れて少し炒める
・コーンをたす
・水分がよい感じになるまで混ぜて加熱する
・完成!

※ここでの調味料は、カレー粉、コンソメ、ケチャップ、ソースを指す。

Jelly in the fridge

イメージ

枝豆



ゼリー

特徴

- ・芽室のスイートコーンと枝豆を使用する。
- ・黄色と薄い緑色がとてもカワイイ。
- ・とてもカワイイ。

レシピ

とうもろこしゼリー 1つ分

スイートコーン(缶詰のもの) 200g

牛乳 100cc

砂糖 30g

塩 ひとつまみ

ゼラチン 5g

水 100cc

ミキサーで混ぜる

ゼラチンを水に入れておき、かくはんしたスイートコーンたちを鍋であたためる。

水で溶かしたゼラチンを入れてよく溶かす。容器に入れ、あら熱をとリ、冷蔵庫。

枝豆のムース 1つ分

枝豆(ゆでたもの) 100g

生クリーム 100cc

牛乳 100cc

砂糖 30g

クリームチーズ 50g

ゼラチン 5g

塩 ひとつまみ

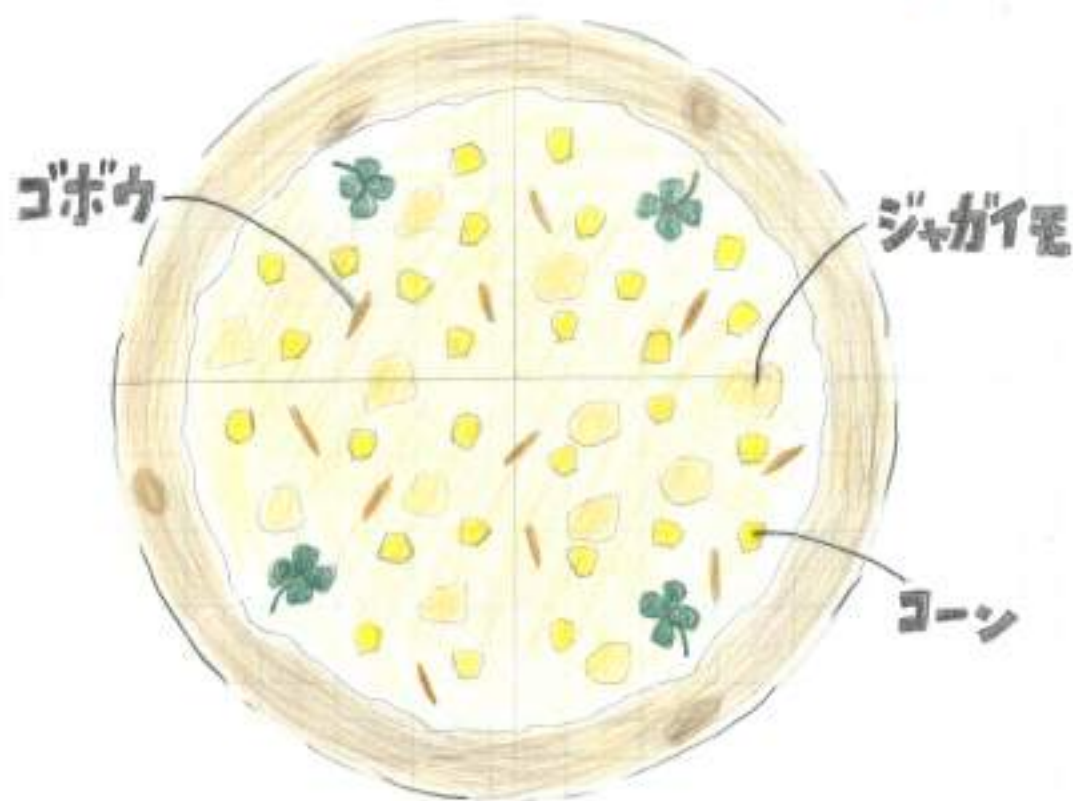
ミキサーに入れ、全体がなめらかになるまで動かす。

冷蔵庫にあったゼリーを見て、冷蔵庫にあると嬉しくなるデザートが作りたくて考えました。

とうもろこしのゼリーが固まっているのを確認し、スプーンで枝豆のムースをそっと入れる

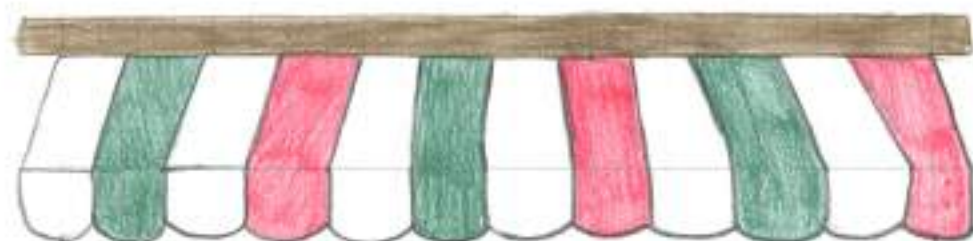
→ 完成

幸せのミニピザ



ポイント!

芽室でとれる野菜を入れたピザ!!
四つ葉のクローバーは幸せという意味
なのでパジルは四つ葉のクローバー!!



PIZZA

材料

- | | | |
|-----------|----------------|------------------|
| ◦ じぼウ | ◦ 小麦粉 | ◦ 塩 (小さじ1) |
| ◦ スイートコーン | ◦ 強力粉 (50g) | ◦ オリーブオイル (小さじ1) |
| ◦ ジャがいも | ◦ 薄力粉 (50g) | |
| ◦ マヨネーズ | ◦ 砂糖 (小さじ1) | |
| ◦ チーズ | ◦ ドライイースト (3g) | |

レシピ

1. じぼウとじゃがいもを切る。
2. 強力粉、薄力粉、砂糖、ドライイースト、塩、ぬるま湯を入れその後、オリーブオイルを入れて粉気がなくなるまで混ぜる。
10分くらい常温でおく。
3. 11×11の大きさに広げて、マヨネーズを生地になぬ。
イヒコーンものせて、最後にチーズをのせる。
4. 220℃の予熱したオーブンで10～15分やく。
5. 完成!! 😊

芽室町の食材を
たくさん使った
ごぼうサラダ



工夫

芽室町の食材をたくさん使った
ことです。色どりを重視した。

<材料>

- ・ごぼう
- ・人参
- ・ユーン
- ・枝豆
- ・マヨネーズ
- ・酢
- ・砂糖
- ・醤油
- ・ごま(入れたい人ほ)

<作り方>

- ① ごぼうと人参を5cm幅に切って
水にさらしておく。
- ② ユーンと枝豆を好きな固さ
になるまで加える。
- ③ 水気を切った野菜と調味料
を合わせ、よく混ぜる。
- ④ 冷蔵庫で冷やして完成。