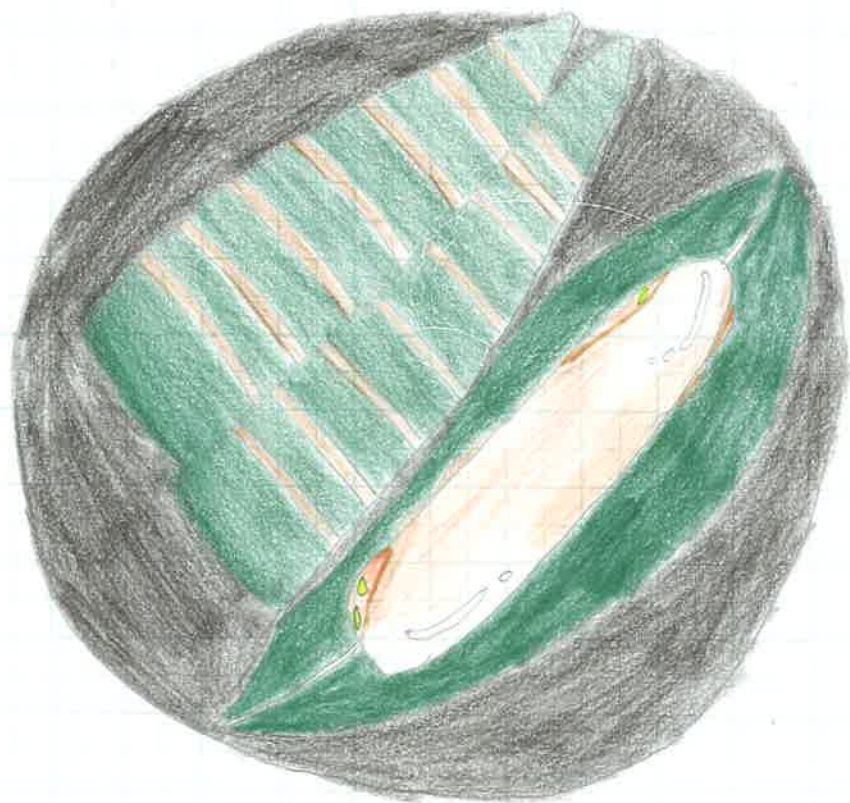


ちまき いももち



< 材料 >

とうもろこし × 1 ジャガイモ × 2
 片栗粉 大さじ2 サラダ油 小さじ1
 しょうゆ 大さじ3 きび砂糖 大さじ3
 水溶き片栗粉 適量

< 作り方 >

- ① ジャガイモは皮をむき、芽を取り除いておく。ジャガイモは4等分に切る。たいねつ容器に入らラップをしてレンジで600w 6分加熱
- ② ジャガイモは熱いうちにつぶしておきとうもろこしのコーンを取り除くそして、片栗粉ジャガイモコーンをよくねる
- ③ 中火で熱したフライパンに、キャッチャーなど、でサラダ油をうすくぬる。ねったジャガイモを棒状にして、フライパンで焼き色が付くまで焼く
- ④ 砂糖・しょうゆ・水溶き片栗粉を別のフライパンでトロみが付くまで混ぜ、トロみが付いたら小皿に添える
- ⑤ 最後にいももちをとうもろこしの葉で包みお皿に盛り付ける
- ⑥ 食べる際にお好みでタレをかける 【完成】

< この商品への思い >

もちのやわらかい食感の中に新しい味と新しい食感を加えるためにコーンを使用しました。
 そして、普段捨てちゃうとうもろこしの葉でもちを包むことで、葉も料理の一品として使うことで、地元のものをふんたんに使うことができます。

親子でつくるクッキニグレシピ

さっまいも蒸しパン

材料

ホットケーキミックス 100g
ヨーグルト 80g、はちみつ 15g
たまご 1個、さっまいも 適量

作り方

耐熱容器にたまごを割り入れる。はちみつを入れ、よく混ぜる。
ヨーグルトを入れ、よく混ぜ、ホットケーキミックスを2回に分けて入れ、その都度混ぜる。さいの目切りにしたさっまいもを入れ、軽く混ぜる。電子レンジ600Wで5分あたためる。
竹ぐしを刺し、生地がついていたらもう1分あたため、生地がつかなくなるまで繰り返す。
あらねつを取り、完成。

えだまめのおつまみ

材料 (全て適量)

えだまめ、落花生、くるみ、バター
にんにく、あらびき塩こしょう

作り方

えだまめを塩もみしてゆでる。その間に落花生とくるみをくだく。フライパンにバターを入れ、にんにくが香り立つまでいためる。
落花生、えだまめを入れ、中火でいためて、味つけをする。
器に盛りつけて完成。

私がこのレシピを考えた理由は、多くの人に簡単に楽しんでもらいたいと思ったからです。
芽室町の野菜はおいしい物が沢山なので、家族で楽しんでください。

絶品! フライドポテト

材料 2~3人分

じゃがいも 3~4個

小麦粉・片栗粉 大さじ2

塩・こしょう 小さじ1
揚げ油 適量

この料理にした理由は、自分は青森町の
じゃがいもが大好きなのでじゃがいもの
料理にしようと思い考えました。
ぜひ自分の考えた商品を
作ってみてください

作り方

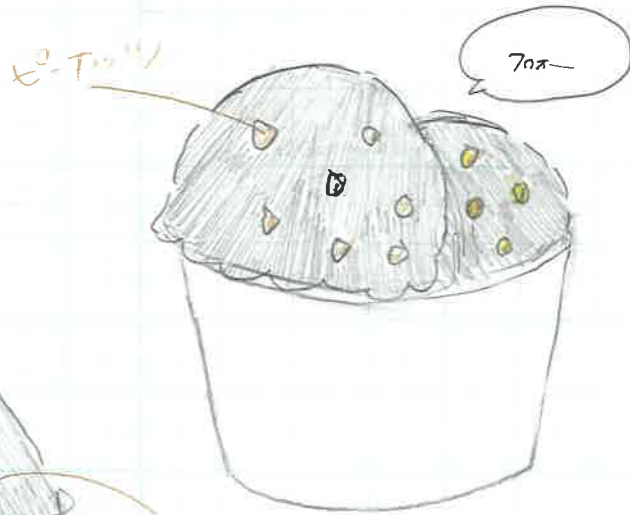
1. じゃがいもの皮を斜めに切る
2. ビニール袋にじゃがいもを入れて、小麦粉、片栗粉
塩、こしょうを混ぜ合わせる
3. 170℃に熱した油にじゃがいもを入れる
4. 全体がこんがりとした色に揚げが
がサカサとした音がしてきたら完成



ピーナッツ・小豆・アイス

～想い～

- ・ 小豆 おいしいということをしるんな人に
知っていただきたい。
- ・ 夏のお祭りの時に売ってあったら、
うれいけなと思った。



材料

- ゆで小豆 160g
- 牛乳 100g
- 生クリーム 200g
- ピーナッツ 適量

作り方

- ① 材料を全部均一にかき混ぜる
- ② 冷凍庫に入れ 周りが固まってきたら、かき混ぜる → 4回くり返す。
- ③ 全体が固まったら OK
- ④ もりつける時に、くたいたピーナッツをかけて完成



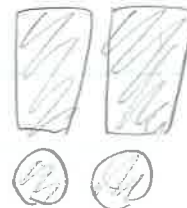
ピーナッツ

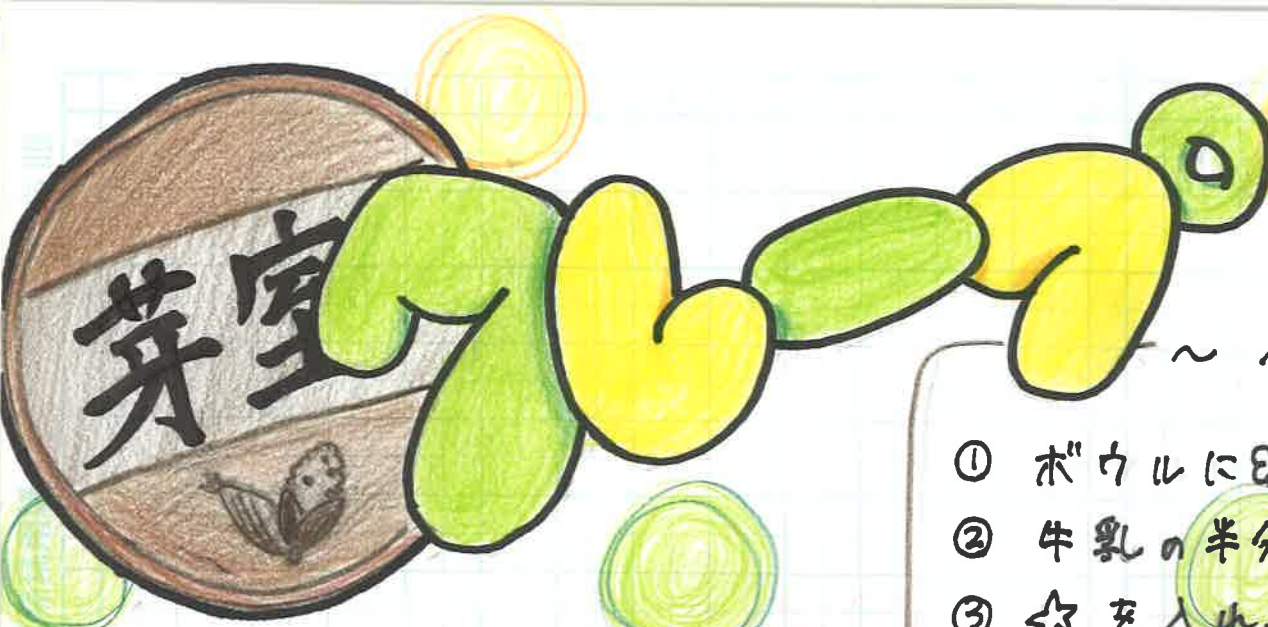
か
た
かな

あがき

ま
い

アイス
ズ
キ



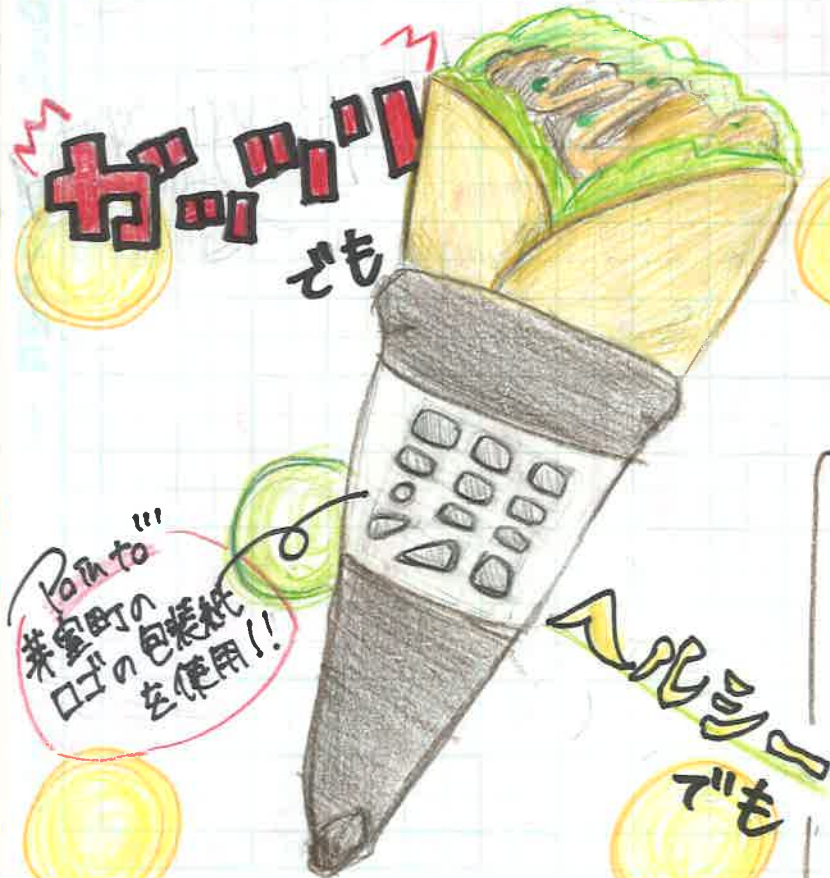


材料 (7枚分)

卵小麦粉 (100g) 卵 塩 砂糖 (大さじ1) ・油 (適量)
・牛乳 (200ml) ☆卵 (1個) ☆はちみつ (大さじ1)

～ 作り方 ～ ~~混ぜて焼くだけ!!~~

- ① ボウルに卵を入れ、しっかりと混ぜる。
- ② 牛乳の半分の量を、少しずつ入れ、しっかりと混ぜる。
- ③ ☆を入れ、さらに混ぜる。
- ④ 残りの牛乳を入れ、混ぜる。
- ⑤ 中火でフライパンに油を熱し、お玉一杯を流し、広げる。
- ⑥ 表面ががたまったら裏返して、すぐに取り出す。
- ⑦ 同じように、残りを焼いていく。
- ⑧ 好みの具材を入れたら完成!



考案した理由

クレープ生地は、ほとんど、芽室の食材で作れます。
中の具材もおかず系にすることで、芽室の食材をPR
できると思ったので、クレープにしてみました。
クレープは、最近、再流行してるらしいです!

ミニスイートポテト



材料(2~3人分)

- メークインジャガイモ・・・大2個(300g)
- きび砂糖・・・40g
- 牛乳・・・大さじ1杯
- バター・・・20g(食塩不使用)
- 卵黄・・・1個(1/2個ずつ使用)

作り方

1. ジャガイモを6等分に切る
2. 切ったジャガイモをラップをかけて600Wで5分加熱する
3. フォークを使い、ジャガイモをつぶす
4. ジャガイモが熱いうちにバターを加えて余熱でとかしながら混ぜる
5. きび砂糖・牛乳を加えてなめらかになるまで混ぜる
6. 卵黄 1/2個を加える
7. 大さじ1杯分ずつ生地をとり手のひらでまるめる
8. 卵黄をはけで生地表面にぬる
9. トースターで7~10分ほどやく
10. 下きあがり

アイディアの発想

茅室町の特産品であるメークインジャガイモと北海道十勝バターを使ってスイートポテトのアイディアを考えました。

材料

じゃがいも2個、玉ねぎ1個

ベーコン4枚、バター小さ

思い

芽室町の
特産物の
じゃがいも
で作った
芽室も
愛してる

芽室まるごと ホイル焼き



- ① じゃがいもは皮を剥き、厚さ5mm程度にカットし、下茹でしておく(少し固めを)
- ② 玉ねぎは繊維を断ち切るようにして、厚さ5mm程度に切る。
- ③ ベーコンやじゃがいもや玉ねぎの大きさに合わせて1枚を2、3等分にする。
- ④ フライパンにアミノオイルを敷き加熱。温まってきたら、バターを乗せる。
- ⑤ バターが溶けてきたらフライパンをゆすりながら全体に広げ、じゃがいも→玉ねぎ→ベーコンの順に重ねる。
- ⑥ 火を弱火にして、蓋をして10分程待たせたら完成です。



とろ〜り

ムロピーいも

材料 (2人前)

糸いも (芽室産)

水

塩

油

A (砂糖
みりん)

しょう油

くだいた

ムロピーチップ

ムロピーパウダー

分量

350g

500ml

小さじ 1

適量

大さじ 5

大さじ 2

大さじ 1/2

好きなだけ

好きなだけ

小さじ 2

作り方

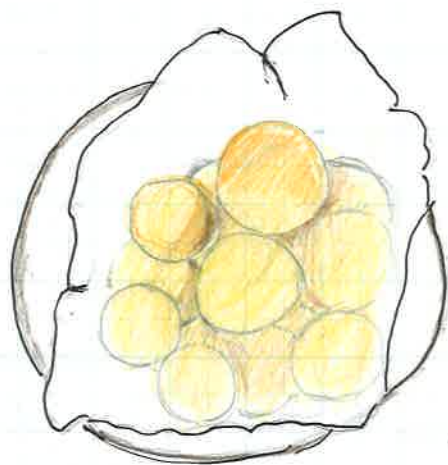
1. 皮のままさつまいもを乱切りし、ボウルに水と塩を入れ、5分さらしキッチンペーパーで水気を切る。
2. フライパンの底から4cmまで油を注ぎ、140°にし、土を入れる。竹串が刺さるくらいの柔らかさになるまで5分ほど揚げ、一度取り出して5分置く。
3. 同じフライパンの油を180°にし、2を3分ほど揚げ、油を切る。
4. 別のフライパンにAを入れ、中火で熱す。大きく泡たったらしょう油を加えて火を煮たききから下す。
5. 4にくだいたムロピーとムロピーパウダーを加え和える。
6. 5に3を入れ和える。



〜料理に対する思い♡〜

芽室町の新顔作物のサツマイモとムロピーを町内の人や町外の人にも知ってほしくて沢山使ってアピールしました。

コーンポテトチーズボール



材料 (2人分)

a とうもろこし	
b 洗ったじゃがいも	2個
c プロセスチーズ	10g
d バター	適量
e 揚げ油	大さじ2
f 牛乳	大さじ1と1/2
g 片栗粉	大さじ1と1/2
h たししょうゆ	小さじ1と1/2

味つけ

- (A) 青のり
(B) マヨネーズ
しょうゆ

作り方

1. bをラップで包み、電子レンジ(600w)で6~7分加熱して皮をむき、cを1個6等分に切る。
2. bとaをボールに入れ、なめかかになるまで混ぜ、dを加えて混ぜる。eを加え、よく混ぜる (fでなめかかさを調節する)。
3. 2で作ったものを12等分に分けて丸め、円形に広げ、cを1個のせ。調理用の手袋に油をつけ、空気が入らないように含み、形を整える。(12個)
4. 小さな鍋に油を3~4cmほどの油を入れ、170℃に温める。2回に分けて3を入れる。3分ほど揚げ、油を切る。(コーンポテトチーズボールを入れる。すぐには触らず、ある程度火が通ったのはしで転がすようにして揚げる)。
5. 器にクッキングペーパーを敷き、コーンポテトチーズボールを盛り、(A)をコーンポテトに。
6. (B)を混ぜたら完成!!

このレシピの発想

茅室町の特産品のじゃがいもととうもろこしを合わせたレシピをつくりたかったからです。

パリパリッ



ミルクプリン

アイデアの発想

茅室町の特産品の砂糖と、
北海道十勝のフレッシュ100を使
って作ったミルクプリンです！十勝に
はスーパーカウという牛がいるそうです。

材料

- 板チョコ 6かけ分 ☆牛乳 200g
- ゼラチン 5g ☆水 45g
- ☆砂糖 35g - 水(ゼラチン用)大1
- ☆北海道十勝
フレッシュ100(生クリーム) 100g

作り方

- ① 板チョコを包丁で千切りにする。
(なるべく小さく)
- ② 鍋に☆の食材を入れて火にかける。
- ③ 砂糖が溶け、全体が熱々になったら火を切る。
- ④ 温かいうちにゼラチンを水で溶かす。
- ⑤ ゼラチンが溶けたら鍋ごと氷水につけて冷やす。
- ⑥ プリン液が冷えて固まったら①と⑤を混ぜる。
- ⑦ プリン液を型に入れ冷蔵庫で30分以上冷やす。

※完成したプリンの上からチョコペンで書いてもいいです。
4等分に切ったいちごを乗せてもいいです。

さつまいもの大判焼き



2 大判焼の皮

- 材料
 - ホットケーキミックス(30g)
 - 卵(3個)
 - 水(300cc)
 - はちみつ(60g)

●手順

1. 卵、水、はちみつを投入。
2. ミックスを投入
3. 弱火で温かい油(型)
4. 生地を型に3分の1投入
5. 上からさつまいもクリーム投入
6. 焦色がいたらもう一つの皮でふた
7. つまようじで焼き確認

●完成



1 さつまいもクリーム

●材料

- さつまいも(本)
- グラニュー糖(大2)
- 生クリーム(120cc)

●手順

1. 1cmずつ切り皮むく
2. 水につけしんとくしたら水気をきる
3. レンチン鍋で5分
4. ぼかしミキサーにグラニュー糖生クリームを入れませる。

私の思い

完成

私は非常に大判焼が好きで、寿屋のおいしいやまいもを組み合わせると美味だと思いました。

材料

じゃがいも、薄力粉
ベーキングパウダー
砂糖
塩
無糖ヨーグルト

思い

芽室の特産品
のじゃがいも
をつかった、
パンをかんが
えました。



作り方

アミのボウルの下にボウルを
置きアミに薄力粉²⁵⁰とベーキングパウダー 小さじ2
を入れ混ぜるアミをとって砂糖大さじ1 塩小さじ1/2
入れ混ぜる無糖ヨーグルト^{200g}とじゃがいも4分の1
に切ったものと混ぜるたたく成形して皿に置き薄力粉
薄力粉小さじ1をかけじゃがいもにかりこみをいれ
オーブントースター 180℃で30分程度焼く
できあがり

じゃがいも
ガンダー
ブレッド

♡じゃがバースweetポテト♡



♡材料♡ (8~10個分)

- | | |
|-------------|-------|
| ・じゃがいも(芽室産) | 大 3 個 |
| ☆砂糖 | 40g |
| ☆牛乳 | 大さじ 2 |
| ☆溶かしたバター | 20g |
| ・卵(卵黄のみ) | 1 個 |

♡レシピ♡

- ① たっぷりのお湯の鍋に皮を剥いたじゃがいもを入れ、ふたをして15~20分ゆでる。(皮を周りにこき入れゆでると簡単に剥ける。)
- ② ホウロウに移しマッシュやスプーンなどでマッシュする。
- ③ 丸い型でしっかり押し、アルミ等の入れ物に取り分けておく。
※膨らむわけ→希望の高さまで入れる。
- ④ 卵黄を表面に塗りトースターで10分程焼く。途中様子を見て表面が焦けたものから取り出していき

完成♪

♡POINT♡

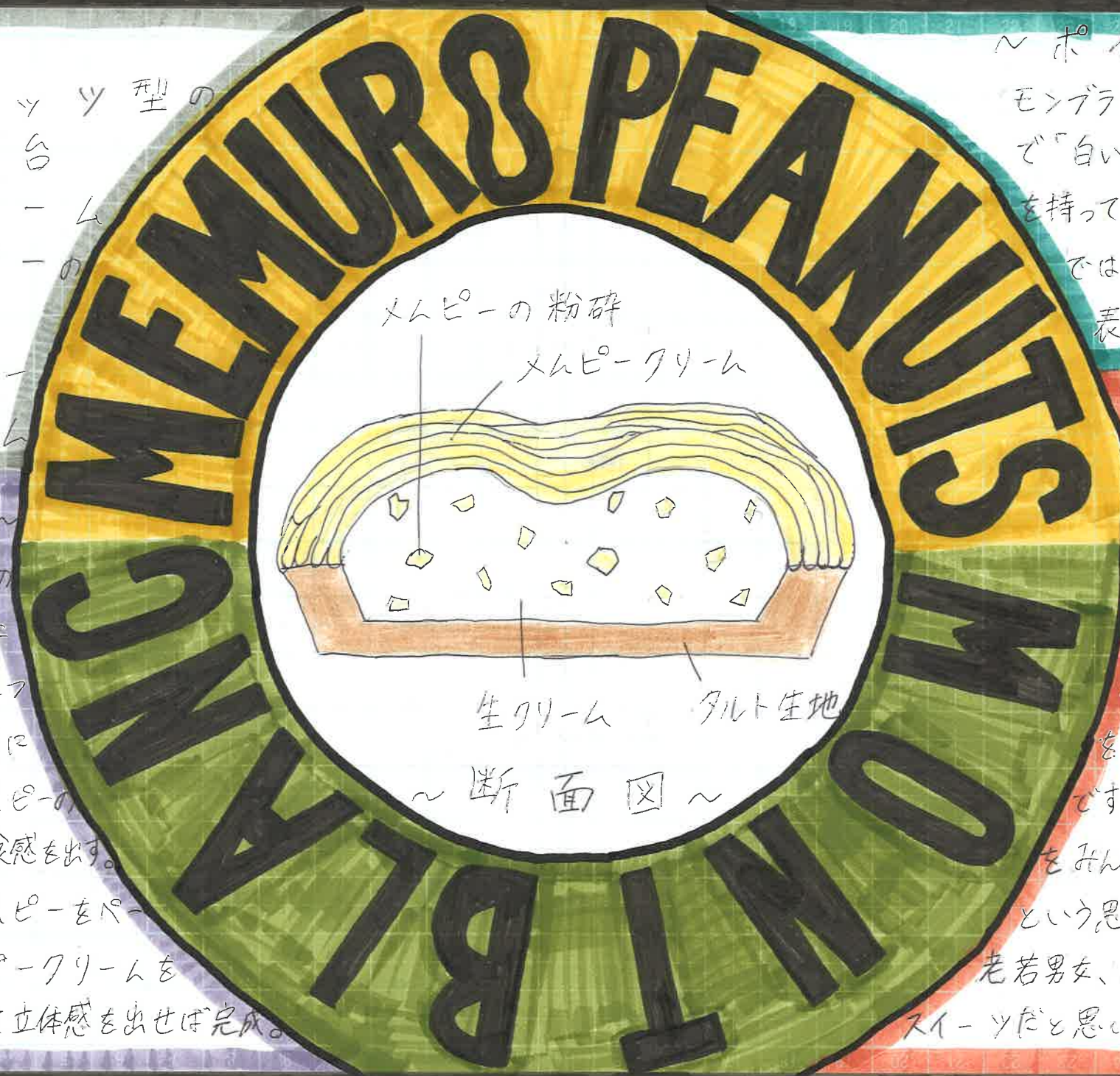
スイトポテト→さつまいものイメージ。。。。
芽室産じゃがいも使う→芽室町の知名度UP!

～材料～

- ピーナッツ型のタルト台
- 生クリーム
- メンピーの粉砕
- メンピークリーム

～作り方～

- 1 ピーナッツ型のタルト台の上に生クリームを2つ山のようになるように絞り、間にメンピーの粉砕を入れて食感を出す。
- 2 その上からメンピーをパーストレッチメンピークリームを縦に仕立てさせて立体感を出せば完成。



～ポイント～

モンブランはフランス語で「白い山」という意味を持っており、この商品では「冬の新嵐山」を表現しています。

～思い～

「MEMURO PEANUTS MONTBLANC」

は味/色/食感/香り/ビジュアルをこだわった商品

です。メンピーの魅力をみんなに知ってほしいという思いで考えました。

老若男女、関係なく楽しめるスイーツだと思います!!!

シュープリン

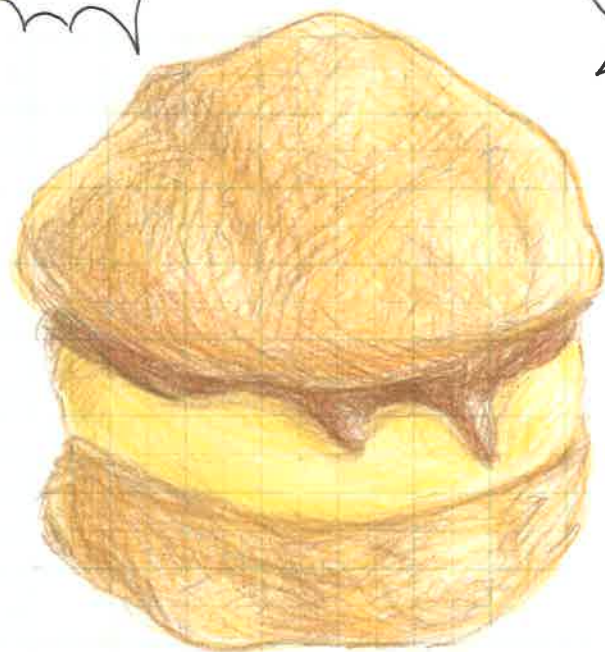
「このあいだ、ちょっと頑張ったから...!」

そういうときのスイーツ!

芽室を味わい、芽室に感謝!

こんなスイーツ、どうでしょう。

プリン
×
シュー
グレート
シュープリン



てんさい糖
の
シュー生地

プリン
の
シュー生地

<材料> (6人分) とく作り方>

シュー生地
~ 卵(2個) 牛乳(50ml) 水(50ml)
バター(40g) てんさい糖(小さじ1)
塩(少々) 薄力粉(60g)

1 鍋に牛乳、水、バター、てんさい糖、塩を加え、沸騰させる。

2 火をとめて、薄力粉を加え、ゴムベラで早く混ぜる。

3 卵を6~8回に分けて加え、そのつどよく混ぜる。

4 生地を絞り袋に入れ、天板にしいたオーブンシートの上へ、直径6cmほどにのばす。

5 きりふきをし、200度に予熱しておいたオーブンで25分焼く。
とり出し、予熱をとる。

コーンプリン 牛乳(400ml)
~ スイートコーン(2本) ゼラチン(5g)
水(30mlと50ml) グラニュー糖(大4)

1 鍋に水(150ml)とスイートコーン(削いたもの)を入れ、中火にかけ、10分ほど煮て、グラニュー糖を入れる。

2 粗熱をとってミキサーにかき、かくはんする。

その後ゼラチン、牛乳を加える。

3 カップに入れ、2時間冷やして固める。

カラメル
~ てんさい糖(大さじ4) 水(小さじ2)

1 鍋にてんさい糖と水を入れて、弱火で熱し、全体に色をつける。

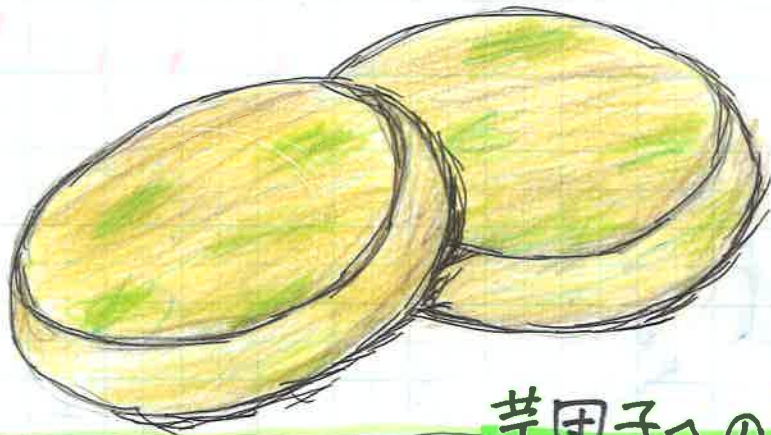
2 ところみがつき、あめ色になったら火をとめる。

シューを半分に切り、シューの半分の下、プリン、カラメル、シューの半分の上の順に重ねる。★完成★

※ハンバーガーの包み紙に包んで食べてください。

ぽかぽか

芋団子



芋団子への思い

私は芋室の食料をもっと色々な人に食べてもらいたくて、芋団子を考えました。氷火灯夜など寒い時期のイベントのときに、あたたかい状態で食べたいと思いました。

～作り方～

1. ジャガイモの皮をむいて芽を取り、2cm 角の角切りにし、2～3分ほど水にさらします。水を切り、耐熱容器に入れます。軽くラップをし、500wのレンジで10分ほど加熱します。
2. ボウルにジャガイモを入れ、フォークなどでなめらかになるまでつぶします。片栗粉、牛乳、塩、ブラックペッパーを適量入れ混ぜたら、枝豆を加え、よく混ぜます。
4. 3をお好みの大きさに等分して、平らな円形に成形します。
5. フライパンに油をひき、中火で2～3分ほど、表面がきつね色になるまで焼いて完成。

材料 ... ジャガイモ、ゆで枝豆、片栗粉、牛乳、塩、ブラックペッパー、油

作ろうと思ったきっかけ
禾ムのおはあちゃんが
さつまいもを植えていたのを
思い出してビビッときたから

—材料—

さつまいも



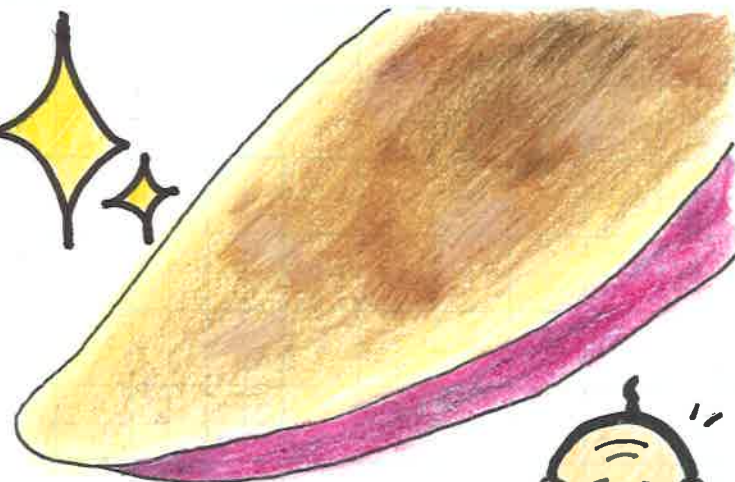
1本

バター

20g

砂糖

適量



カリカリッ

さつまブリュレ



作り方

- ① さつまいもを洗って、水でぬらしたキッチンペーパーで包んでさらにラップでひっちり包む
- ② 耐熱用器に乗せ、600W 2分でレンジで加熱
竹串が通るまで加熱
- ③ さつまいもを縦半分に切り、切り口を上にして数カ所
穴を開けて、バターを切り口にぬる
- ④ さつまいもの断面に砂糖をまぶしてバーナーであがって
砂糖がきつね色になるまで全体をあがる

以上。

思い

茅室町でつくられている
さつまいも(金時いも)を
使ったらもっと茅室町のことを
町外の人たちに知って
もらえるんじゃないかと思って
このレシピを考えました

メムシバガもち

チーズが
ハービル。

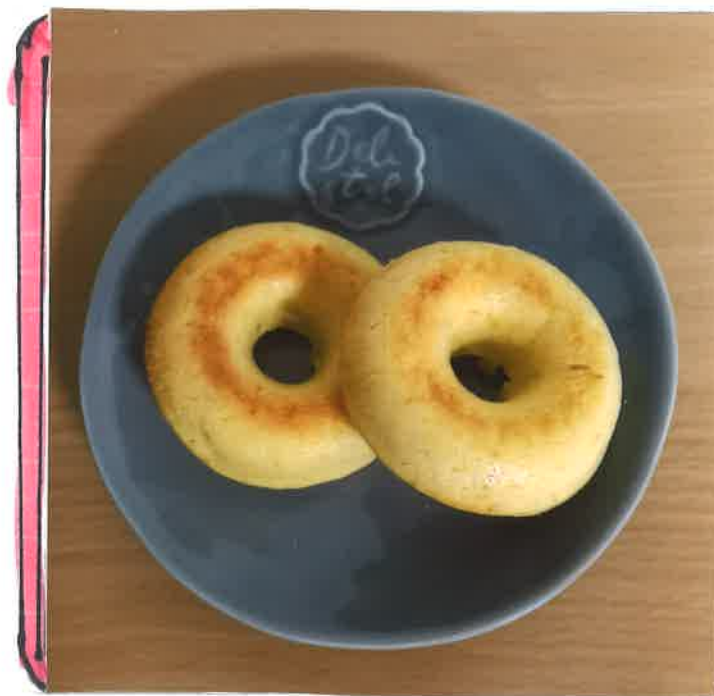


作り方①~④

- ① じゃがいもは皮をむいて、水からゆで、マッシャーでつぶす。
- ② 片栗粉、塩、しょうゆを加え、よく混ぜ合わせる。
- ③ 5等分にする。それぞれ中心にスライスチーズを入れ、丸く形をととのえる。
- ④ フライパンを弱火にかけ、バターを熱して溶かし③を入れて、表裏を返しながらじっくりやく。
- ⑤ 完成!

自分は芽室町のじゃがいもが大好きなので、この商品も考えました。
(マッセルダ)

僕の想い



このドーナツに
さつまいもクリームを
たっぷり
はさんでください

★ドーナツだけ焼いて
みましたがさつまいも
感があんまりなかった
のでさつまいもクリーム
をはさんだほうが
いいと思いました。

さつまドーナツ

POINT

- ・ドーナツに入っているさつまいもはあえてあらくつぶしたことにより、さつまいもの食感を感じられます。
- ・ドーナツとクリームのWさつまいもで茅室町のおいしいさつまいもを味わえます!!

材料

ドーナツ(5~6個分)	砂糖 80g	クリーム	ハチミツ 小さじ1
さつまいも 130g	薄力粉 120g	さつまいも 約300g	塩 少々
牛乳 大さじ2	ベーキングパウダー 4g	溶かしバター 30g	生クリーム 60ml
卵 2つ	サラダ油 40cc	砂糖 30g	バニラエッセンス 少々

さつまいもクリームのレシピ

- ① さつまいもは厚く皮をむいて重さを計る。2cmの厚さに切り湯気の立った蒸し器で約10分柔らかく蒸す
- ② さつまいもが熱いうちに裏ごしする。
- ③ 2に溶かしバター、砂糖、ハチミツ塩の順にいれ、そのつどよく混ぜる
- ④ お好みのでかさになるまで生クリームを少しずつくねくねと練る。バニラエッセンスを加えて練る。
- ⑤ ドーナツにクリームをたっぷりはさんで完成!!

ドーナツのレシピ

- ① さつまいもの皮をむき、適当な大きさに切ったらレンジで柔らかくなるまで加熱しフォーク等であらくつぶす。
- ② ボウルに卵を割り入れ、ほぐした後に砂糖、サラダ油、牛乳の順にいれ、そのつど混ぜる。
- ③ あらくつぶしたさつまいもを混ぜ薄力粉をふるい入れ粉気がなくなるまでよく混ぜる
- ④ ドーナツ型にいれ180℃のオーブンで25分~30分焼く
- ⑤ 焼き上がったドーナツを半分に切る。

レシピへの思い

茅室町の甘くておいしいさつまいもを口いっぱいにはおぼりたくて発案しました!!
さつまいも以外でも茅室町の食材を使っただけのうれしいです。

ポン・デ・マチルダ

芽室町のマチルダを使ったスイーツを
作りたかったのでこの料理を考えました

〈材料〉

じゃがいも(マチルダ) 2個
水 敵量
塩 小さじ2分の1
てんさい糖 小さじ2
片栗粉 大さじ4
揚げ油 適量



〈作り方〉

(1)じゃがいもの皮を向き、芽を取り、
テキトーなサイズにカット

(2)水を(1)と一緒に容器に入れ柔らかく
なるまでレンチン(600Wで6~7分)

(3)柔らかくなったじゃがいもをザルなど
で裏ごしてそこに塩、てんさい糖、片栗粉
を入れてまとまるまでしっかりこねる

(4)(3)を丸めて(1個10g)、クッキン
グシートの上に8個並べ、リングをつく
り、フォークなどでおさえて型をつける

(5)170℃の油で揚げる(クッキングシート
ごと)

1分30秒たったらクッキングシートをとる
そこから更に1分揚げたら引き上げる

(6)粉砂糖、牛乳をよく混ぜて(5)に
たっぷりつけたら完成

(焼きにしたい場合)

(1)フライパンで(6)の甘い面を下にして弱
火で焼き、いい焼き色になったらひっくり返し
て裏も焼き色を付ける

(2)少し冷まして表面がカリッとしたら完成

もっと詳しく知りたい人はこちらをチェック

<https://www.youtube.com/shorts/3ndWnEDhg4s>