

春 よ 恋

ペ - グ ル

味 : 7°L-2
ハスカッテ



* TX-3

材料 (4個分)

① 麺粉 (高筋)	250g	④ 砂糖	115g 1/2	① 183H > 90g
② 白砂糖	グリセ	⑤ 水	160CC	112g < 70g
③ ドライイースト 小麦イ	1	⑥ 水	3000CC	② ハスカッテ

作り方

- 1 ホーフルバ強力粉・砂糖
ドライイーストを1kg
よく混ぜる
- 2 台の上に広げ、表面が
なめらかにならすまで
10~15分こねる
- 3 まな板に干し粉を
生地を棒状にのばし、
丸く成形する。
布巾をかけて30分発酵
- 4 人や183Hと、オーブンで
30℃ 30分発酵。
台の上に取り、たれ、4等分
にわける。
湯水布巾をかけて10分おく
- 5 生地を手でつぶす。
オーブンで焼く。

どういう想いが

- 私がベーグルが好きだからなので、青森町産の“春恋”を
使って考案してみました。
- 普段ベーグルを食べると“う機会が”あまりないと思うのが、
ベーグルは110gの一種で、食べやすくて“せん食べ”で欲しくなる。
- 丸くてかわいい見た目をレモンと3玉ボウルで。

とうもろこしとじゃがいものバター醤油炒め

用意するもの

とうもろこし、じゃがいも、
バター、こしょう、醤油、
青のり

作り方

- 1、じゃがいもの芽を取り除き、皮を剥ぐ
- 2、じゃがいもは一口大に切り耐熱ボウルに入れてラップをかけ600Wのレンジで5分ほど加熱
- 3、中火で熱したフライパンにバター、じゃがいも、コーン、調味料を入れて炒める。味が馴染んできたら完成！



イメージ図

私がなんでこの料理を提案したかというと、とうもろこしとじゃがいもが好きで、一緒に食べれたりしないかなと思ってこの料理が思いつきました。とうもろこしの甘みが引き出される料理だと思います。

枝豆ポップコーン

イメージ図



ほんの気持ち

ポップコーンの容器を枝豆とポップコーンでまぜれる
ように工夫し、スプーンをつきました。少しでも、
芽室町の良さを知っていたらうれしいです。

材料(ポップコーン)

- サラダ油
- 爆弾種のとうもろこし
- 塩
- 粉チーズ

枝豆イタリアンバジル

- 枝豆
- バジル粉
- 牛乳
- バター
- チーズ

レシピ

ポップコーン

- ①フライパンにサラダ油・とうもろこしを入れ、フタをして中火にかける
- ②とうもろこしがはじけ始めたら、弱火にする
- ③90秒ほどフライパンをゆすりながら加熱する
- ④はじける音がしなくなったら、粉チーズ塩を入れ、火を止める
- ⑤粗熱を取る

枝豆イタリアンバジル

- ①枝豆を軽く洗い、枝豆の水気を取り
- ②鍋にお湯を沸かし、枝豆を5分間沸騰させる
- ③枝豆・とかしたバター・チーズ・牛乳・バジル粉をミキサーに入れる
- ④ところみが出たらミキサーを止め容器に入れる
- ⑤ポップコーンの上にソースをのせて完成

じゃが

も

ばん

芽室といっそり
じゃがいもと
スイートコーン
で、他の市の人
にも芽室の味を
知ってほしい。

△ 材料

- ・じゃがいも(マチルダ)【230~250g】×3個
- ・片栗粉【任の総量の1/3の量】
- ・A【アーモンド糖(砂糖)【適量】、醤油【適量】
- ・油【適量】
- ・スイートコーン(ゴーレッドラッシュ)【適量】

△ 作り方

- ①じゃがいもを2~3cm角に切る。
- ②大鍋でじゃがいもを水からゆでる。
- ③竹串が通るくらいになつたら、やるにあげ、湯を切り。
- ④熱いうちにマッシャーでつぶす。触れる程度まで粗熱をとる。
- ⑤片栗粉を入れ、手でこねる。根気よくこねり続けるとモチモチ食感!
- ⑥焼く面が両面平らになるように円形に成形。大きさ自由
- ⑦ いも団子にスイートコーンをつめる。つめる量はお好み!

- ⑧ フライパンに多めの油を熱し、いも団子を並べる。
- ⑨ 両面に焼き色がついたら、ふたをして弱火でじっくりと焼き上げる。
- ⑩ いも団子に火が通ったらいん丼にどる。
- ⑪ Aを煮詰めてタレを作る。
- ⑫ いも団子をフライパンに戻し、タレをからめて完成!!

完成図



芽室産コーンとチーズのふわふわお好み焼き

芽室町といえば、やっぱりスイートコーン！その甘みを最大限に活かした、お子様から大人まで楽しめる一品です。

材料:

芽室産スイートコーン（生でも缶詰でもOK）：1本分（または1缶）

・お好み焼き粉: 100g

・卵: 1個

・水: 150ml

・キャベツ: 1/8個（みじん切り）

・ピザ用チーズ: 50g

・豚バラ肉（薄切り）: 50g

・お好み焼きソース、マヨネーズ、青のり、かつお節: 適量

・サラダ油: 適量

作り方:

- ボウルにお好み焼き粉、卵、水を入れ、泡立て器でよく混ぜ合わせます。
- キャベツ、スイートコーン、ピザ用チーズを加えて混ぜます。
- フライパンに油を熱し、生地の半量を流し入れ、その上に豚バラ肉を乗せます。
▼ →
- 片面がきつね色になったら裏返し、蓋をして中まで火を通します。
- 両面がきつね色になり、中まで火が通ったらお皿に盛り付けます。
- お好み焼きソース、マヨネーズ、青のり、かつお節をかけて完成です。

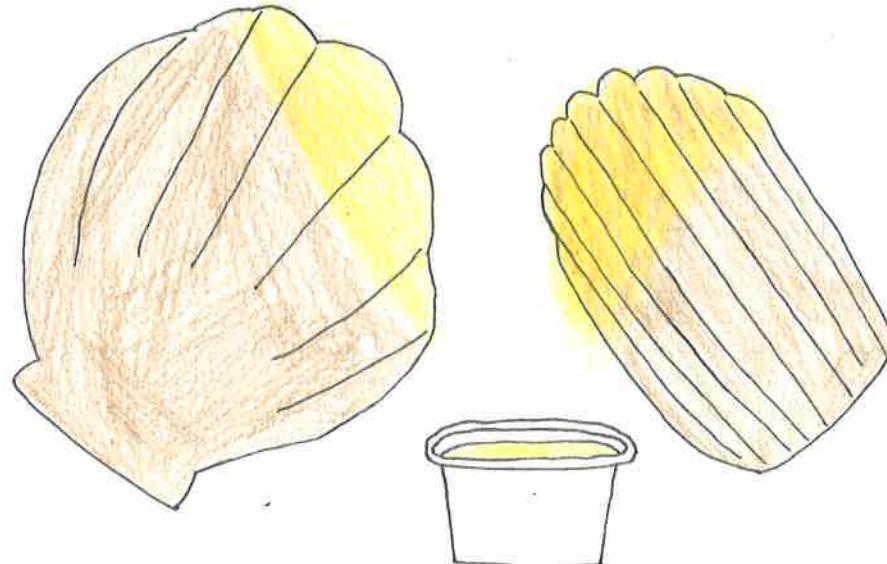


※この写真はあくまでAIが作ってくれたイメージ写真です



Cornマドレーヌ

スイートコーンで作る
マドレーヌ



用意するもの

○マドレーヌ

- ・卵 … 1 個
- ・砂糖 … 40g
- ・はちみつ … 20g
- ・サラダ油 … 80g
- ・薄力粉
- ・メムジー … 15 個

○コーンペースト

- ・スイートコーン … 半分
- ・牛乳 … 80cc

○マドレーヌのレシピ

1. 卵をとく。
2. 砂糖とはちみつを入れて混ぜる。
3. サラダ油を入れて混ぜる。
4. 薄力粉を入れて混ぜる。
5. オーブンを170度に予熱する。
6. メムジーを軽く碎く。(形が残るくらい)
7. 型にサラダ油をぬり、こびりつかないようにする。
8. 生地を型に流し込む。
9. 予熱したオーブンで20分焼く。
10. 型から外して完成。(ティップにくろんで冷ます)

○コーンペーストのレシピ

1. スイートコーンをレンジで温める。
2. 実を削ぎ、牛乳大さじ2と一緒にミキサーにかけ、ペーストにする。
3. 冷蔵庫で2~3時間冷やす。

how to make

～スイートコーンの甘麹の作り方～

準備するもの

ヨーグルティア

材料

・米麹...200 g

・スイートコーン...240 g

01 スイートコーンをブレンダー、ミキサーにかける。



02 ほぐした米こうじを加え、ヨーグルティアで60°C 6時間にセットしてスタート!

03 完成!

材料 (4人分)

・牛乳...400cc

・卵...2個

・スイートコーンの甘麹...80g

～作り方～

00 あらかじめようきにカラメルソース部分のコーンの甘麹を入れる 適量

01 生地

ボウルに卵を割り入れてほぐし、グラニュー糖のところをスイートコーンの甘麹を加えて混ぜる。

02 鍋に牛乳を入れて熱し、温まつたら沸騰する前に火を止める。

03 鍋に牛乳を入れて熱し、温まつたら沸騰する前に火を止める。

04 03のボウルに少しづつ加えてその都度よく混ぜる。

05 こしながらカラメルソースの入った容器に均等に流し入れる。

06 鍋に薄い布巾を敷き、プリン容器を並べる。容器の半分くらいの高さになるように水を注ぐ。

07 鍋に薄い布巾を敷き、プリン容器を並べる。容器の半分くらいの高さになるように水を注ぐ。

08 カップの底をお湯で温めてカラメルを溶かして、皿をのせて上下を返し、取り出す。

09 完成!

sweet corn pudding

explanation

このスイートコーンプリンの大きなポイントはスイートコーンが結果的にペースト状になるので、食感が苦手な人でも、本来はカラメルソースや砂糖などをスイートコーンの甘麹に変えているので甘さが控えめで甘いのが得意でなくとも、高齢の方でも気安く食べれるので、幅広い層の方に芽室のスイートコーンを味わっていただけだと思います。

規格外のストートコーンを使って作ることができるので、販売されない部分も活用できて消費者への提供価格が低下、食品ロスの軽減、環境負荷の軽減ができるとても素敵です。

スイートコーンを食べるだけでSDGsに貢献できます。

芽室町の豊かな作物をふんだんにつかって、おいしいスイーツが何がてくれるのか考えたときに、スイートコーンプリンが浮かびました。なのでこれを食べると芽室町の良さを実感できると思います。

じゃがいも スイートポテト

< 材料 >

- じゃがいも
- 有塩バター
- 牛乳
- 生クリーム
- 卵黄
- 仕上げ用の卵黄

< 商品への思い >

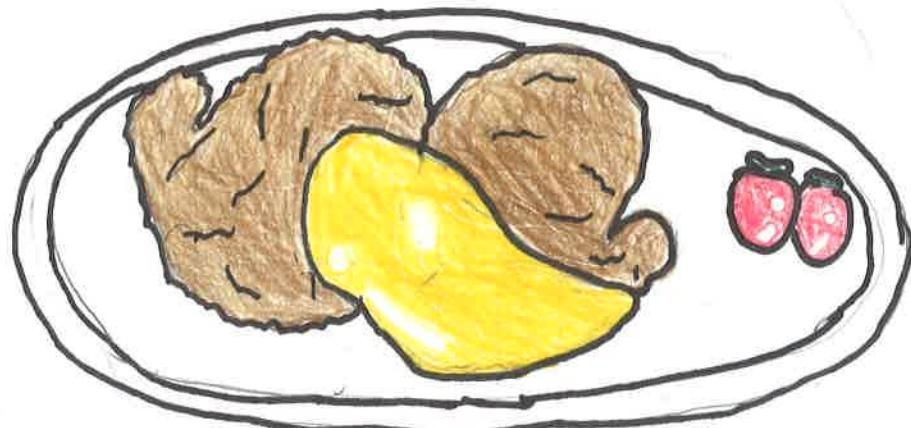
スイートポテトはさつまいもで
作るけどさつまいもじゃなくて
芽室町の特産物のじゃがいもを
使うことで、農作物があいしい
ということを知ってもらえる
かなと思って考案しました。



< 作り方 >

1. じゃがいもをオーブン
トースターで焼く
2. 熱いうちに皮をむく → つぶす
3. バター、牛乳、生クリームを
加え7練る。
4. 卵黄1個分を加えて、均一に
なるまで練る。
5. 鍋に入れ、弱火で温めながら
練る。
6. 成形する。
7. オーブントースターで
焼き色をつける。
8. 完成!!

サツサクめんこロッケ



★このコロッケにこめた想い

このコロッケには、たくさんの中島産食材が使われています。そのため、一口食べただけで中島の大地の味を感じられる商品となっています。また、コロッケということで、家庭でも簡単に作れることができると思いました。また自分はコロッケが好きなので、中島のみさんにもこのめんこコロッケを食べてほしいという想いを込めてお届けします！

～材料(コロッケ)～ 3.4人分

○じゃがいも(マリレタ)	500g
○小麦粉	大さじ2
○枝豆	100g
○スイートコーン(ゆでたもの)	100g
○合ひ引き肉(未来おむろ牛使用)	100g
○バター	10g
○卵	1個
○パン粉	適量
○塩こしょう	適量
○キャラメリゼ	1/4カット

～材料(コンソース)～

○スイートコーン(ゆでたもの)	180g
○バター	10g
○牛乳	50CC
○塩こしょう	適量
○顆粒コンソメ	小さじ1

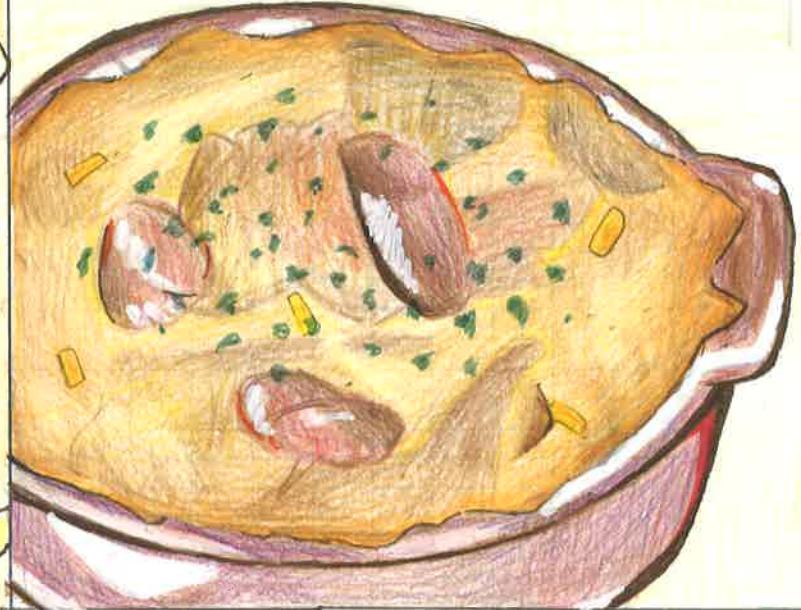
コロッケの作り方

- ①じゃがいもの皮を剥き、さくの目切りにする。
- ②鍋に水を入れ、中火でじゃがいもを茹でる。
- ③じゃがいもが柔らかくなったら、取り出し、ボウルに入れる。
- ④玉ねぎをみじん切りにする。
- ⑤フライパンに油を垂らし、玉ねぎを炒める。
- ⑥玉ねぎに軽く色がついたら、弱火にする。
- ⑦バターと合ひ引き肉を加え、強火で炒める。塩こしょうも入れる。
- ⑧ボウルに炒めた牛乳、コーン、枝豆を入れ、マッシュして混ぜる。
- ⑨スイートコーン型に形成し、卵、小麦粉、パン粉につける。
- ⑩鍋に油を注ぎ、180℃で3~5分程揚げる。
- ⑪皿に盛りつけ、コンソースをかける。
- ⑫お好みでチセカリキャラメリゼを添える。

コンソースの作り方

- ①スイートコーンとバターを容器に入れ、電子レンジで30秒温める。
- ②牛乳し、塩こしょう、顆粒コンソメを加え、ハンドミキサーなどで混ぜる。
- ③ガルなどて濾して完成

めしろまるごと



私はじゃがコーンドリアは、芽室町の特徴をアピールできると思いました。パセリは「自然」の回りは「広大な畑」をアピールできると思いました。簡単に作ることができ、芽室町産の芋もたくさん使用するので、芽室の特産品のことを知れたらうるるので良いと思いこのレシピを考えました。



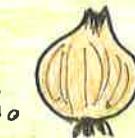
じょがん ドリア

材料(1人前)ごはん(150g)玉ねぎ(1/4個)コーン(60g)ウインナー(1本)
バター(10g)チーズ(30g)じゃがいモ(2/3個)コンソメ(大+小)小麦粉(大さじ1)牛乳(100g)

レシピ

- ① オーブンを200°Cで予熱しておく。
- ② 玉ねぎはくし切り、ウインナーは斜めに切る。
- ③ バターをひいたフライパンで玉ねぎを炒める。
- ④ 玉ねぎがしんなりしたら、ウインナー、コーンを加えて炒める。
じゃがいモは皮をむいて細切り、やわらかくなるまでレンジで温める。
- ⑤ 火が通った③と④をあわせて、小麦粉を加えて、タマにならないようにませる。
- ⑥ 生卵を4回に分け、少しあつませる
- ⑦ コンソメを加えてひと煮立ちさせる
- ⑧ 耐熱皿に米をしきつめて⑦をかけ、チーズをちらかせる
- ⑨ 予熱したオーブン(200°C)で15~20分焼く
- ⑩ 焼き終わったらパルクルをかける

完成





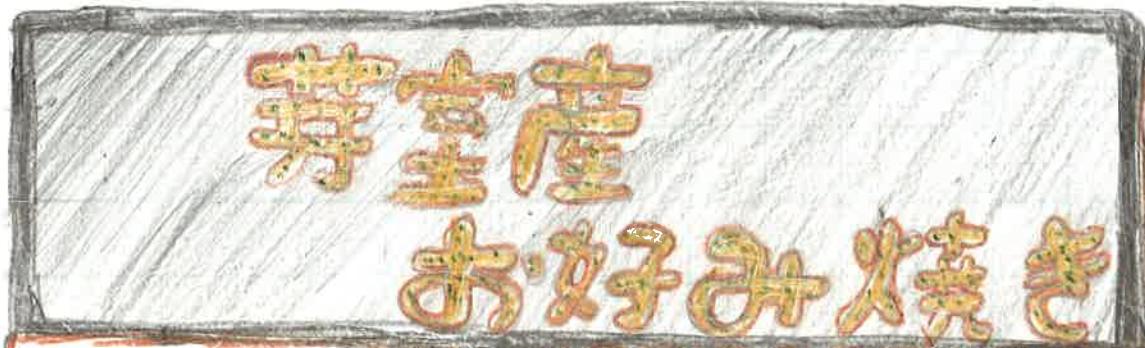
レシピ

①ホールに○を入れ、空気を含ませるように混ぜる。約30分冷蔵庫で寝かせる。

②キャベツは千切りにする。肉は半分にする。

③の△を入れる。スプーンで空気を含ませるように混ぜる。

④△
弱火強度で薄く油を引き、広げず厚めに生地を落とす。へらでまるく形を整えてスイートコーン、芽室未来牛を乗せじっくり焼く。



⑤返したら上から抑えず弱火強度で、くりと焼き徐々に火を強める。牛肉がカリとするまで焼く。再び返して中火でパリッとさせる。

⑥フライパンの時に2枚同時に焼く。(ふたはしない)ホットプレートは230度で3枚に分けて焼く。

⑦仕上げにお好み焼きソース・青のり・マヨネーズ・かつお節をかければ完成!!



私が考えた理由:

私は芽室町が好きです。食べ物がおいしくて、自然が豊かな芽室町の雰囲気を活かして、芽室町の食材を使って考えました。

仕上げに

お好み焼き用ソース
マヨネーズ
青のり
かつお節

材料

- 芽室未来牛 100グラム
- キャベツ 200グラム
- 卵 2個
- 天かす 大さじ2~3
- 桜えび 大さじ1
- 紅生姜 2つまみ
- 長芋すりおろし 160グラム
- 薄力粉 80グラム
- かつおだしの素 小さじ1弱
- 薄口醤油 小さじ1/2
- スイートコーン 1つまみ

さつまいも ブリュレ

材料

・さつまいも (100g)	・牛乳 (50ml)
・水 (適量)	・バニラエッセンス (5滴)
・卵黄 (3つ)	・グラニュー糖 (45g)
・生クリーム (200ml)	・お湯 (適量)

手順

- ① さつまいもを1cm幅の輪切りにし、水に5分程さらす。電子レンジでやわらかくなるまで加熱する。
- ② 湿かいうちにフォークで粗くつぶし裏返しする。
- ③ ボウルに卵黄、グラニュー糖を加え、よく混ぜる。
- ④ 鍋に生クリーム、牛乳を加え、弱火で沸騰直前まで加熱する。
- ⑤ ③に④を混ぜ合わせる。
- ⑥ バニラエッセンスを加え、よく混ぜ合わせ滤す
- ⑦ ベットにココットを並べ⑥を注ぐ。底から2cmほどの高さでお湯をベットに注ぐ。
- ⑧ 110℃のオーブンで30分湯煎焼する。
- ⑨ 粗熱をとり、冷蔵庫で1時間ほど冷やす。
- ⑩ 表面にグラニュー糖をすんべんばく(?)、バター(?)あびせる。

完成



想い

東京駅の新幹線のさつまいもを
よりおいしく食べたい!!

おやき



材料

~生地~

卵 2個
牛乳 400ml
砂糖 40g
はちみつ 大さじ2
油 大さじ2
薄力粉 300g
ベーキングパウダー 小さじ2

~あんこ~

小豆 100g
砂糖 140g
塩 少々

作り方

1. 生地の材料の薄力粉とベーキングパウダー以外を混ぜる
2. 薄力粉とベーキングパウダーを混ぜ合わせる。その後1度こして、生地を30分休ませる
3. セルクルの裏にサラダ油を塗る。フライパンに油を薄く引いてキッチンペーパーで拭き取る
4. フライパンに並べたセルクルに生地を2分目くらいまでいれ蓋をする
5. 弱火で4-5分、表面にふつふつと穴ができるまで焼く
6. 焼いてる間に40~50gにあんこを分け丸める
7. 生地の真ん中にあんこを置き、あんこが隠れるくらいまで生地を入れ弱火で10~15分焼く
8. 傾けても生地がたれないくらいになったらセルクルごと裏返す
9. 蓋をして8~10分、きれいな焼色がつくまで焼いたあとたから外す
10. 「芽」の焼印をつける（やらなくてもOK）

作り方（あんこ）

1. 小豆を洗う
2. 鍋に入れ水をたっぷり入れ強火で沸騰させる。灰汁が出たら水を捨てる（×2）
3. 新しい水を入れ強火で沸騰し、その後弱火にする
4. 灰汁を取りながら時々水を足し小豆が柔らかくなるまで煮る。最低一時間
5. 小豆が柔らかくなったら砂糖を3回に分けて入れる。1回ごとに20分煮る
6. ヘラで押すと鍋底が見えるくらいの柔らかさにして、塩を入れる（煮詰め）
7. 煮上がったあんこを冷ます

芽室の特産物である小豆を使ったおやきはきっと美味しいのでぜひ作ってみてください！
専用の機器がなくてもできる作り方になってるので誰でも作りやすいと思います；；
あんこを作るのがめんどくさかったら市販の買いましょう!!!!



コーン蒸しパン



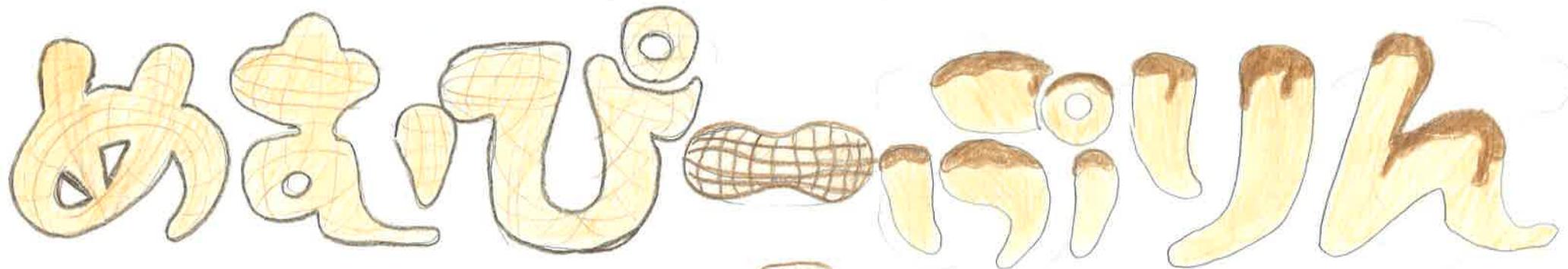
材料

- ・スイートコーン 100g
- ・豆乳
- ・菜種油 大さじ2
- A 米粉 150g
ベーキングパウダー 小さじ2
上白糖 40g

作り方

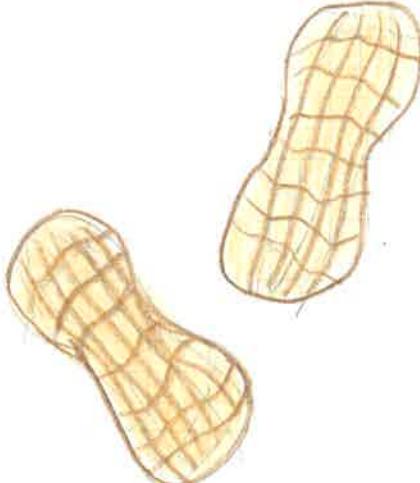
- ①コーンと豆乳各半量をミキサーにかけ滑らかにする
- ②ボウルにAを入れて①と残りの豆乳を加え
泡立て器でよく混ぜる。菜種油 残りのコーンを加え
加えては混ぜる。
- ③グラシンカップを敷いた型に②を等分に流し入れる
約2cm深さの水を入れて沸騰させたフライパンに
蓋をして強火で約10分蒸す

芽室でつくったコーンの甘さを活かして
スイーツにしました



材料

- ・ピーナッツクリーム70g
- ・牛乳400cc
- ・インスタントコーヒー小さじ1/4
- ・ゼラチン5g
- ・水大さじ2



誰でも簡単に作れて茅室の物が入ってみんながよく食べデザートがいいと考え
プリンがあると思いつきピーナッツ
プリン合うんじゃないか思いメムピーナッツ
にしました始めに言お通り簡単に作れて
オシャレですのでお試は作めてください。

作り方

- ①ゼラチンを分量の水に振り分けてからやかしておく。
少量の牛乳を温めインスタントコーヒーを溶かしておく。
 - ②ボウルにピーナッツクリームを入れ、1の牛乳を加えてよく混ぜる。
 - ③2に残りの牛乳を少しづつ加え、よく混ぜる。
 - ④3でやかしておいたゼラチンをレンジで溶かし、3に加えてよく混ぜる。
 - ⑤4を型に流し冷蔵庫で2~3時間冷やす。
 - ⑥完成!!
- * インスタントコーヒーは色付用です。
プリンタルトにしてみてもおいしいと思います。



とうもろこしの天ぷら

芽室のトウモロコシは生産量日本一でトウモロコシはトッピングに使われることが多いけど天ぷらにしたら美味しそうだと思ったし、見た目がコンガリして美味しそうだと思って、このレシピを考えました。

作り方

とうもろこし…1本
薄力粉…大さじ2
塩…少々
水…大さじ1と二/1
揚げ油適量
計量スプーン（大さじ）…1本
菜箸…1膳
揚げ網…1枚

フライパン
(少し深めのもの推奨) …1つ
オーブンシート
(10cm×10cmに切る) …4枚
スプーン(大) …1本
網じゃくし
(もしくはフライ返し) …1本

1 とうもろこしは皮をむいて両端を切り落とす

とうもろこしは皮をむいて洗い、キッチンペーパーなどで水気を拭きとる。包丁で両端を切り落とす。

2 包丁の先で、実に切れ目を入れる

とうもろこしの表面に包丁の先を滑らせるように、1列ずつすべての実に切れ目を入れる。これによって揚げたときに破裂しづらくなる。

3 半分に切り、芯に沿って実をそぐ

半分に切ったとうもろこしを立て、芯と実の間に包丁を入れるように実をそぎ落とす

4 水気を拭きとりながら実をほぐす

そいだ実をキッチンペーパーにのせ、みずけをとりながらほぐす

5 薄力粉を加えてよく混ぜる

薄力粉を加え、スプーンで全体によく絡める
塩、水を加えて全体をよく混ぜ合わせる。ねっとりとした粘りが出て、揚げても崩れにくくなる。

6 オーブンシートにタネをのせて成形する

⑥のタネを1つ分（大さじ2と1/2）ずつオーブンシートにのせる。丸く形成し、約1.5cm厚さにならす

7 油を170°Cに熱し、オーブンシートごとタネを揚げる

油を2~3cm（タネが浸かる目安）フライパンに注ぎ、170°Cに熱する。網じゃくし（またはフライ返し）を使い、タネをオーブンシートごとそっと入れる。油の温度が下がらないよう、1度に入れるのは2個まで

8 裏返してオーブンシートを取り除く

1分ほど揚げ、網じゃくし（もしくはフライ返し）と菜箸を使って裏返し、オーブンシートを取り除く。オーブンシートはスッとはがれる。

9 30秒ほど揚げたら網に上げる

30秒ほど揚げて全体にうっすら焦げ目がついたら、網に上げて油を切る



とうもろこしの天ぷらの完成！

簡単！茅室風味グラタン

材料(2人分)

- ・じゃがいも 3個
- ・玉ねぎ $\frac{1}{2}$ 個
- ・ベーコン 4枚
- ・ピザ用チーズ 50g
- ・サラダ油 大さじ1
- ・有塩バター 40g
- ・薄力粉 大さじ3
- ・牛乳 300CC
- ・塩 小さじ1/2



実際つくって

薄力粉がこげやすいため
ベーコンは4枚以上あつた方が
さとうを入れて方が良いくらい。

* この商品への思い

茅室町には特産品が多く、そのひとつを企
画せながらと思ひ。グラタンなら、おいしく、茅
室の良さが伝わると思いました。そして、茅室
の町民や生産者さんの想いが伝わると
なと思ひます。

* レシピ

- ①じゃがいもを一口大に切り、水にさらして、氷食を切る。
塩を小さじ $\frac{1}{4}$ をひき、ほんわりソラップアをし、600Wのレンジで、4分加熱する。
- ②玉ねぎは薄切りにし、ベーコンは細切りにする。
- ③鍋にバターを入れて、中火で加熱し、薄力粉を加えて、混ぜ合わせ、牛乳を数回に分けて、加え、その都度よく混ぜる。かめりか
へなるまで、加熱する(ホワイトソース)
- ④1ライドサラダ油を入れて、中火で熱し、玉ねぎ、ベーコン
を入れて、しんなりするまで炒め、塩を加えて合わせる。さらば
じゃがいも、ホワイトソースをちりし、220℃のオーブン(レンジの場面、成
さ色づくまで)でチーズが溶けて、薄く色づくまで(1~15分焼く)

芽室の特産品を使った 「じゃがチーズマフィン」

材料

じゃがいも

無塩バター

卵

砂糖

☆薄力粉

☆ベーキングパウダー

塩

チーズ

ブラックペッパー

粉チーズ

120g

40g

2個

50g

120g

小さじ1

ひとつまみ

60g

適量

適量

事前準備

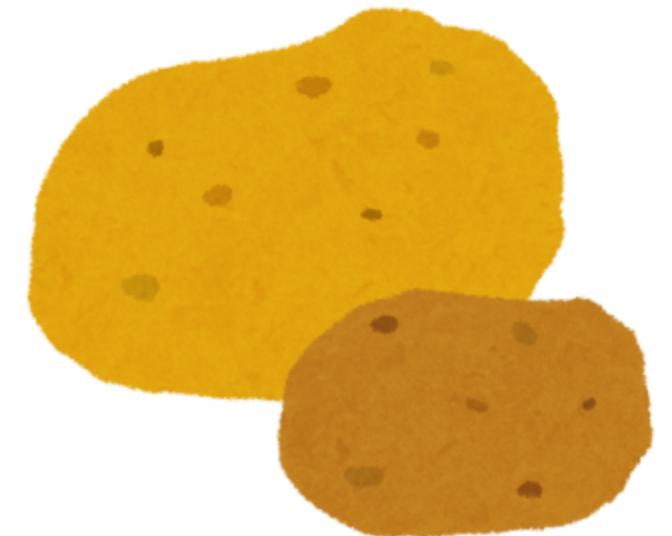
をふるいにかける

オーブンを180度に予熱する

作り方

じゃがいもを適当な大きさにカットし柔らかくまでチンし、バター、砂糖、塩、卵の順で入れて混ぜる。

型に生地を半分まで入れチーズを分け入れて残りの生地を分け入れ粉チーズをかける
オーブンで20分間焼く
焼き上がったマフィンにブラックペッパーをかけ完成



じゃがいもなどの特産品をベースにしたお菓子です比較的作りやすと思います

Memura's Maritzza

Ingredients

(10個分)

☆付きは芽室産

生地

- ・ドライイースト 4g・水 250ml
- ・塩 6g・ひまわり油 85g
- ・レモンの皮(すりおろし) 1個分

☆小麦粉 500g・卵黄 2個分

・卵白 2個分

シロップ

☆砂糖 150g・水 100g

クリーム

☆生クリーム(ホイップ可) 200ml

☆砂糖 20g

トッピング

・イチゴ または ☆リンゴ 適量

☆シュガーパウダー 適量

所要時間 3時間以上

かかるお金たくさん

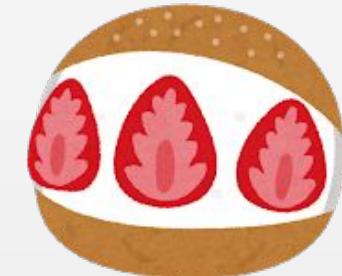
Recipe

- 1.250mlに計量した水のうち少量を取ってドライイーストを溶かし、残りの水に塩、ひまわり油、レモンの皮を混ぜる。
- 2.ボウルに小麦粉を入れ、真ん中にくぼみをつくり、水で溶かしたドライイーストを入れる。
- 3.2の粉に、塩、ひまわり油、レモンの皮を混ぜた水を加え混ぜる。粉っぽさがなくなったら卵黄を加えしっかり混ぜる。
- 4.記事がまとまってきたら打ち粉(分量外)をした台の上で6~7分よくこねる。
- 5.こねあがった生地を丸くまとめてボウルに入れ、ラップをして25°Cで2時間発酵させる。
- 6.5の生地が2倍くらいに膨らんだら、打ち粉(分量外)をした台の上に出し、スケッパーで一玉80gの大きさに分けて丸め、天板に並べる。
- 7.ラップをして30分ほど寝かせたら、卵白を生地の表面に塗り、またラップをかけて1時間発酵させる。
- 8.180°Cに熱したオーブンで15分間焼く。
- 9.生地を焼いている間にシロップをつくる。シロップ用の砂糖と水を小鍋に入れ焦げないように弱火で煮詰めたら冷ましておく。
- 10.マリトッッソの生地に焼き色がついたらオーブンから取り出し、生地が温かいうちに刷毛でシロップを塗る。
- 11.生地が冷めたら切込みを入れ、砂糖を入れて泡立てておいた生クリームをたっぷり挟む。そしてイチゴ(リンゴ)を挟む(なくてもいい)。仕上げにシュガーパウダーをかける(なくてもいい)。

完成!!!

Idea

小麦など芽室の食材をたくさん使って、美味しいデザートを作りたいと思い考えました。いろいろな人に食べてもらえたなら嬉しいです。



おはようからあげ

〈作り方〉



〈材料〉(2人分)

とりもも肉 大1枚(350g)

しおこしょう

油

(片栗粉)

大さじ2

(小麦粉)

半カップ

水

大さじ1

A	マヨネーズ	小さじ2
	しょうゆ	小さじ2
	酒	小さじ2
	しょうがすりおろし	少しき
	にんにくすりおろし	少しき
★ ピーナッツ		

① とり肉を4~5cm大に切る。

② とり肉に塩こしょうをふる。

③ とり肉をふくろに入れ、Aの調味料をまみこむ。
冷蔵庫で1時間ほどねかす。

④ ポウルに片栗粉、水を入れて混ぜ、そぼろ状にする。
小麦粉とくだいたピーナッツを加えて、ませる。

⑤ とり肉に衣をまぶす。

⑥ 油を170°Cまで熱し、とり肉を中火であげる。

⑦ 3分ほどあげたら裏返し、2分ほどあげる。

⑧ 仕上げに強火で1分あげる。

完成

レシピ

RECIPE

[材料]てんさい糖250g、水100ml
　　ハスカップ700g

シロップ作り

1. 鍋にすべての材料を入れ、中火でませる
2. てんさい糖の粒がなくなってから15分煮詰めて、柔らかくなったら火を止める
3. 常温で冷ましたら完成

かき氷にする

1. かき氷を削りながらシロップを挟んでいく
2. 削り終わったら上にシロップをたくさんかける

完成!!



てんさいハスカップのかき氷

～このかき氷への思い～

私は以前、ハスカップ狩りにハマっていたとき母と芽室町のいろどりファームでハスカップを生産していると知りました。

十勝はハスカップの生産が特に盛んでこの芽室町も盛んな市町村のひとつです。

そして、ハスカップと同じく芽室で多く生産されている「てんさい」と合わせてシロップを作りかき氷にすれば沢山の人々に味わってもらえると思いこのデザートを考えました！



レシピ

1. ボウルに皮の材料を順に入れ、よく混ぜます。

2. フライパンを弱火にかけ、サラダ油をひき、キッチンペーパーで薄く伸ばします。大さじ1ずつ生地を流し入れ、直径4cm程の大きさに形を整えます。
3中火にして、表面にふつふつと気泡が出てきて、縁が乾いてきたら、裏返して弱火にして1分焼き、火が通ったら火から下ろします。

4濡れ布巾の上にフライパンを置いて温度を下げ、同様に11枚焼き、火から下ろします。

5ボウルに氷水を当て、生クリーム、砂糖を入れて、泡立て器で9分立てにします。

6粗熱が取れた4を2枚1組にして、つぶあんの1/6量、5の1/6量を挟みます。同様に5個作ります。

もちふわホットどら

材料 (6枚)

ホットケーキ 100g	卵 1個	牛乳
50mlはちみつ	大さじ2	
つぶあん 60g		
生クリーム 60ml	砂糖 小さじ1	
氷水 適量	サラダ油 小さじ1	

目的

この商品を開発した目的は、洋菓子のホットケーキと和菓子のどら焼きを組み合わせ、その中に芽室産の小豆を使って開発した商品です。



イメージ画



枝豆＆コーンパン

材料

- ・春よ恋(強力粉) … 250g
- ・枝豆 … 50g
- ・スイートコーン … 50g
- ・ドライイースト … 3g
- ・塩 … 4g
- ・お湯 … 160g

どういう思いで考えたのか

茅室町じ小麦を生産せいさんしていること
に驚きみき、茅室町じは小麦を生産せいさんして
いることをたくさんの人ひとに知しつてほしい
しかったのご枝豆&コーンパンを考
えようと思おもいました。

～作り方～

- ① 春よ恋・ドライイースト・塩・お湯を ボウルに入れ、よく混ぜる。
② まとま、たゞ生地を台へこすりつけ るようにこねる。(うすくのはせられるくらい)
③ 生地を広げ、枝豆とコーンを乗せ、生地を巻き取りまとめる。
④ ボウルに入れ、1次発酵する。(35度50~60分)
⑤ ゲスを抜き、生地を6等分に切り分け て生地を丸める。
⑥ 敷布巾をかけ、10分まつ。
- ① 天板にのせ、ラップと布巾をかけ、二次発酵する。
② 200度で12分焼く。

チーズコーンパン

～材料～

コーンスープの素：2袋
無塩バター：20g
コーン：70g
薄力粉：50g
強力粉：250g
豆乳：200g
ドライイースト：5g

作り方

1. 材料を入れ、1次発酵させる。
2. 生地を取り出し丸める。
3. 濡れ雑巾をかけ寝かせる
4. オーブンの発酵機能で2次発酵。
5. チーズなどを加える。
6. 薄力粉を振る。
7. オーブンで10分焼く。
8. 冷まし、出来上がり



コーンパンにした理由

芽室町ではコーンの生産量が日本一であるためみんなが好きそうなパンを使い大人から子供まで美味しくたのしく食べれるものにしました。