第4回 田子町 農産物料理コンテスト

料理部門　スイーツ部門

田子町産「にんにく」を使用した料理　田子町産「枝豆」を使用したスイーツ

入賞レシピ！

第４回 田子町農産物料理コンテストの
入賞レシピを発表します！
今回も美味しいレシピばかりです。
みなさんもぜひ作って食べてみてください。
たくさんのご応募ありがとうございました！

田子町農産物美人華（べっぴんか）プロジェクト委員会

具沢山の豚汁

料理部門 優良賞

ポイント
にんにくを入れるとコクが出ておいしくなります。

❶ にんにくはスライスしておく。大きくてもいい。

❷【A】の材料を切る。

❸ こんにゃくの水気を切り、食べやすく切る。

❹ 中火で熱したなべに❷の材料を入れ、炒める。

❺ 大根が透き通ってきたら水を入れ、中火のまま沸騰するまで加熱する。（灰汁をとりながら）

❻ みそ、おろししょうが、しょうゆを入れ煮込んで完成。

食材（4人前）	
にんにく（田子町産）	1玉
しょうが（おろし）	適量
【A】	
豚バラ肉（うす切り）	150g
大根	250g
こんにゃく（糸こんにゃく可）	100g
ごぼう	1/2本
にんじん	50g
長ねぎ	1/2本

調味料類（4人前）	
水	1000ml
顆粒和風だし	小さじ2
料理酒	大さじ1
みそ	大さじ2
しょうゆ	小さじ1
ごま油	小さじ2

鶏チャーシュー

料理部門 優良賞

ポイント
にんにくをたっぷり使って煮込んだチャーシューです。

❶ しょうがをすりおろし、料理酒、しょうゆ、砂糖、はちみつをよくまぜておく。

❷ 鶏もも肉は厚さが均等になるように観音開きにし、手前から巻き、爪楊枝で巻き終わりを止める。

❸ 中火で熱したフライパンにサラダ油をひき、みじん切りしたにんにくと❷の巻き終わりを下にして焼く。

❹ 全体に焼き色がつくまで焼いたら❶をフライパンへ入れ煮る。スライスしたにんにくも入れ煮込む。

❺ 落としぶたをして10分。ひっくり返して10分煮る。

❻ 鶏もも肉を取り出し、粗熱を取ったら爪楊枝を取り除き、2cm程に切る。

❼ 皿にのせ、残った煮汁と小ねぎをかけ完成。

食材（4人前）	
にんにく（みじん切り）（田子町産）	4片
鶏もも肉（田子町産）	300g
しょうが（すりおろす）	1片
小ねぎ	適量

調味料類（4人前）	
料理酒	大さじ2
しょうゆ	大さじ2
砂糖	大さじ1
はちみつ	大さじ1
水	200ml
サラダ油	小さじ2

くるくる渦巻きえだ豆パイ

デザート部門 優良賞

ポイント
子供もパクパク食べるお手軽パイです。

❶ えだ豆ペーストに、砂糖、生クリームを入れてペーストを作っておく。

❷ ホワイトチョコを刻っておく。

❸ 塗り卵を混ぜ合わせておく。

❹ 冷凍パイシートは、商品のパッケージの表記通りに解凍し、打ち粉をして3mm程の厚さに伸ばす。同じ様にもう1枚のばす。

❺ パイシートの下1cm程をあけて、❶をぬり上から巻きます。

❻ 包丁で2cm幅に切る。

❼ 断面を上にして、アルミホイルを敷いた天板にのせ、刷毛で❸をぬり、ホワイトチョコをのせる。

❽ オーブントースターで10分焼き、焼き色がついたら完成。

食材（4人前）	
えだ豆ペースト（田子町産）	100g
生クリーム	50ml
冷凍パイシート	2枚
ホワイトチョコ	1枚
卵黄	1個
水	小さじ1

調味料類（4人前）	
砂糖	50g
強力粉（打ち粉）	適量

せんべいフロランタン

スイーツ部門 優良賞

ポイント
ビスケットのかわりに、せんべいを使いました。和風フロランタンになりました。

❶ フライパンに【A】を入れ、2分ほど中火で煮立たせる。

❷ 細かい泡がふつふつと出てきたら、ナッツと枝豆を加え、1分程度加熱します。

❸ 熱いうちにせんべいの上へ広げる。

❹ 170℃に予熱したオーブンで10～15分程度焼く。

❺ 粗熱が取れたら完成。

食材（4人前）	
枝豆（田子町産）	50g
せんべい（田子町産）	10枚
ミックスナッツ	100g

調味料類（4人前）	
【A】	
えごま油	30g
牛乳	30g
はちみつ	20g
塩	少々
砂糖	50g