

南部豆せんべい風米粉クレープ



スイーツ部門
最優秀賞

ポイント
米粉のもちっとした食感に豆、ごまの香ばしさを加えた生地黒ごまのカスタードクリームを包んだ、南部せんべい風のクレープです。

- 〈クレープ生地〉6~7枚
- 卵、砂糖、塩を混ぜる。
 - 米粉を加えて混ぜる。
 - 米油を加えてよく混ぜる。その後牛乳を入れてさらに混ぜる。
 - 冷蔵庫で30分寝かせる。
 - フライパンを温める(中火または強火)。バターもしくは油をひく。
 - フライパンに黒ごま、ピーナッツを散らす。
 - 生地を流して焼く。ふちが茶色になったらひっくり返す。ひっくり返したら3秒ほど焼いて取り出す。
- 〈黒ごまカスタードクリーム〉
- 卵黄、砂糖、米粉を混ぜる。
 - 牛乳を加えて、火にかける。とろみがつくまでよく練る。
 - バターと黒ねりごまを加える(さらに練る)別容器(パットなど)に移し密着するようにラップをして冷蔵庫で冷やす。
 - 生クリーム(泡立てたもの)を適量加えて混ぜる。
- 〈仕上げ〉
- 生地黒ごまカスタード、残っている生クリームを包む。
※チョコレートソースをかけてもおいしいです。

食材 (4人前)		調味料類 (4人前)	
田子町産米粉 (田子町産)	80g	砂糖	10g
卵 (Mサイズ)	2個	塩	2つまみ
牛乳	230ml	〈黒ごまカスタードクリーム〉	
米油	10g	砂糖	25g
黒ごま	適量	バター	8g
ピーナッツ(細かく刻む)	5g位	〈生クリーム〉	
バター(または油)焼くとき	適量	しぼり出し生クリーム(既成)	
〈黒ごまカスタードクリーム〉		もしくは、生クリーム、砂糖	
卵黄	1ヶ		
田子町産米粉 (田子町産)	7g		
黒ねりごま	20g		
牛乳	120ml		

第5回 田子町 農産物料理コンテスト

料理部門

「田子町産の根菜」を
使用した料理

(大根、人参、かぶ、長芋)

料理部門
子供の部
(小・中学生)

「田子町産にんにく」を使用した
みんなが食べたい給食

スイーツ部門

「田子町産米粉」を
使用したスイーツ

(うるち米)

第5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!

入賞レシピ!

田子りんごの米粉ガトー



スイーツ部門
優秀賞

ポイント
米粉の保水性を活かし、しっとり焼き上げたガトーです。田子産りんごを生地にたっぷり混ぜ、くるみもアクセントになった食感が楽しい、甘みと酸味が広がる、素朴なケーキです。

- 〈丸型 15cm 或 パウンド型〉
- りんごの準備
りんごを角切りにしレンジ(600w)で1分30秒位(水分は少し切っておく)、シナモン、洋酒を加えて混ぜておく。
- 卵、砂糖、塩を混ぜる。
- 米油、牛乳を加え、米粉、ベーキングパウダーを入れて混ぜる。
- りんごを加える(くるみも)
- 型に流し、上にくるみをのせて、170℃で30分くらい焼く。
- 粗熱がとれたら仕上げに粉糖をふり出来上がり。

食材 (4人前)		調味料類 (4人前)	
田子町産米粉 (田子町産)	90g	砂糖	70g
りんご (田子町産)	1個	米油	60g
卵 (M)	2個	ベーキングパウダー	4g
牛乳または豆乳	40ml	塩	2つまみ
くるみ(素焼き)	好きだけ	シナモン、洋酒(ブランデー等)	適量
アーモンドパウダー	10g	〈仕上げ〉	
		粉糖	適量

米粉のきんかマフィン



スイーツ部門
優良賞

ポイント
昔ながらのきんかもちをマフィンにアレンジしました。米粉の風味を生かしつつ、オートミールを加えることでふんわり軽い食感に仕上げました。懐かしさの中に新しさを感じられる一品です。

- 黒糖とみそに少し水を入れて(分量外)煮溶かす。くるみを粗みじんにして合わせる。オートミールは少し水を入れて(ひたるくらい)ふやかしておく。
- ボウルに卵を割り入れ、砂糖を入れよく混ぜる。混ぜたらヨーグルトと牛乳を入れ混ぜる。
- 2に米粉とオートミールを入れ、よく混ぜ合わせる。混ぜたら、米油と黒糖ダレを半量ほど入れ、生地と混ぜ合わせる。
- 焼く直前にベーキングパウダーを混ぜ合わせ、型に入れる。オーブンは180℃に予熱する。予熱している間に黒糖ダレの残り半分をトッピングする。
- オーブンで15~20分程焼く。竹串を刺して、生地がついてこなければ出来上がり。

食材 (5~6人前)		調味料類 (5~6人前)	
米粉 (田子町産)	120g	きび砂糖	30g
オートミール	20g	米油	50g
水	適量	ベーキングパウダー	4g
塩	1個	黒糖	50g
ヨーグルト(加糖)	70g	みそ	30g
牛乳	30g	水	45~50ml
くるみ	40g		

