

おいしい！  
地物  
を食べよう！  
秋

敷 倉 おいしいもん  
人参ケーキ



高梁川沿いの砂地を利用して、高品質の金時人参を栽培しています。



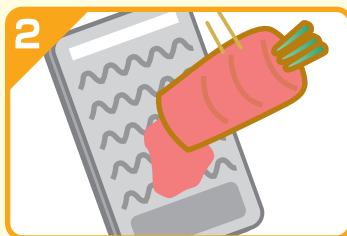
カロチンの豊富な人参を使ったケーキづくりが得意なグループです。

- 材料
- 人参 140g
  - 小麦粉 175g
  - タンサン 小さじ1/2
  - A パーキングパウダー 小さじ1
  - シナモン 小さじ2
  - サラダ油 150g
  - B 砂糖 140g (三温糖でも良い)
  - 卵 2個

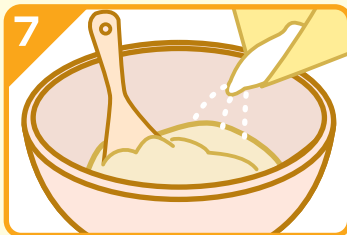
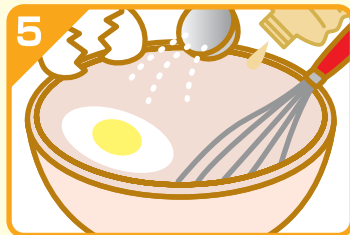


子供のおやつにどうぞ

作り方



1. Aを合わせ、2~3回ふるいにかける。
2. 人参は洗ってすりおろしておく。
3. 型にサラダ油(分量外)を薄くぬり、敷き紙を敷いておく。
4. オーブンを予め150度に温めておく。
5. ボウルに卵、砂糖、サラダ油を入れてよく混ぜる。
6. ②にすりおろした人参を入れ、よくなじませる。
7. さらに小麦粉を加えて木じゃくしで粉がなくなるまで混ぜる。
8. 150度のオーブンで50分焼き上げる。



素材のpoint

- 人参はカロチンを多く含み、自然の甘味があるので菓子にする場合、砂糖の量を控えてもおいしい。
- 表皮がなめらかで、色が鮮やかなものが良い。

お問い合わせ先

生産者 JA岡山西船穂野菜部会(代表:平松一朗)  
調理者 豊洲生活改善クラブ(代表:中田敏子)

敷 倉 おいしいもん  
マスカットゼリー

おいしい！  
地物  
を食べよう！  
秋



マスカットはぶどうの女王。一粒一粒丹誠込めて美しい房を出荷しています。



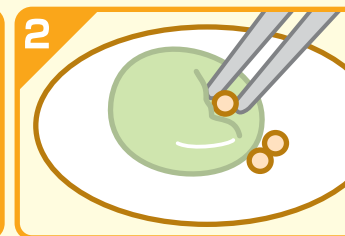
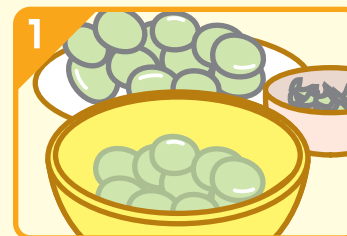
マスカットドリンク、ジャムを本場ならではの味として研究しています。

- 材料
- [マスカットソース] 1kg
    - ・マスカット
    - ・ビタミンC
  - [マスカットゼリー] 25g
    - ・ゼラチン
    - ・マスカットソース

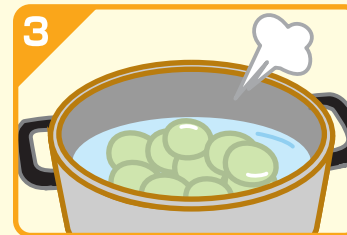


ぶどうの女王を召し上がれ

作り方



1. まずマスカットソースを作る
  1. マスカットを房からはずして皮をむき、ビタミンCを添加する。
  2. ピンセットで種を取る。
  3. マスカットは粒のまま煮る。
2. ゼリーにする。
  1. ゼラチンを3倍の水でふやかす。
  2. 200~250ccの熱湯でゼラチンを溶かし、マスカットソースを加えて固める。



素材のpoint

- マスカット本来の糖分を利用すると、砂糖を添加しなくても良い。

お問い合わせ先

生産者 JA岡山西船穂町ぶどう部会(代表:佐々木得雄)  
調理者 平石むつみ会(代表:下山昌子)