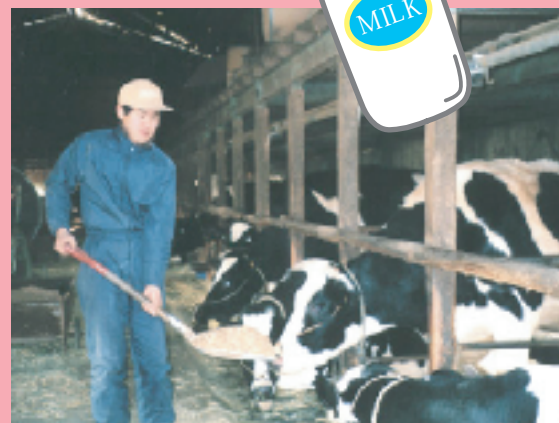


おいしい！
地物
を食べてよう！

おいしいもん
牛乳もち



健康に育った乳牛から安全で良質な牛乳を生産できるように努めています。



酪農家同士、明るい笑顔の絶えないグループです。

- 材料
- 牛乳 3カップ
 - 片栗粉 100g
 - 砂糖 100g
 - 塩 少々
 - きな粉 適量



牛乳は料理の心強いお助け人

作り方



1. 鍋に片栗粉、砂糖、牛乳、塩を入れよく混ぜてしばらくおく。
2. 中火で混ぜながら煮る。
3. とろみが出てきたら焦がさないように注意しながら練り上げる。
4. 手に水をつけながら形良く丸め、きな粉をまぶす。

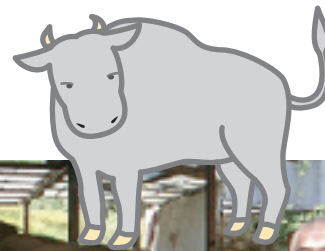
●カルシウムをはじめ、良質のタンパク質、ビタミン類などの多くの栄養素を含んでいる。
●開封後はなるべく早めに使い切る。

お問い合わせ先

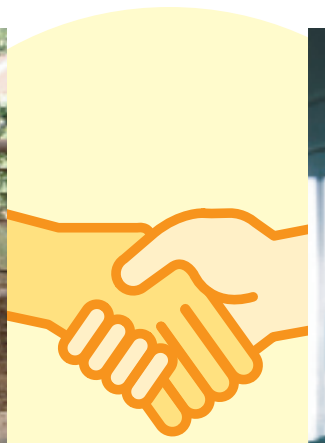
生産者 おかやま酪農業協同組合
調理者 水島酪農婦人部(代表:友杉圭子)

おいしい！
地物
を食べてよう！

おいしいもん
牛尾の地酒煮込み



飼料は地元産の稲わら等を利用し、安全で美味しい和牛肉を生産しています。



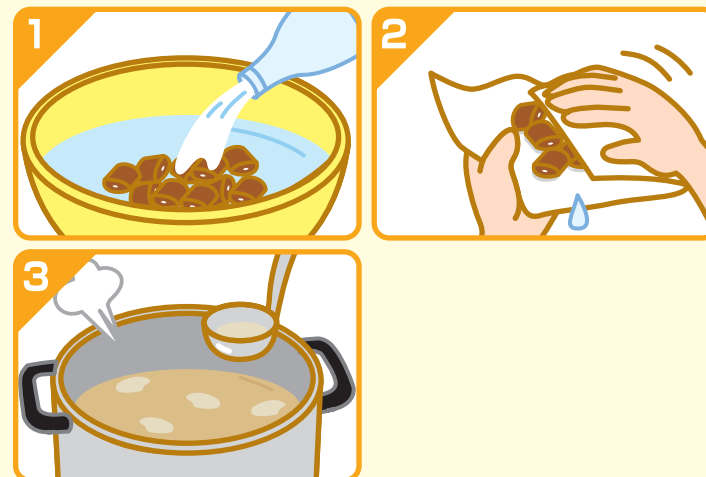
和牛と地酒の組み合わせで和風仕立ての一品に仕上げました。

- 材料
- 牛テール
 - 地酒
 - フォン・ブラン(チキンブイヨン)
 - ミルポワ(タマネギ、ニンジン、セロリ)
 - ブーケガルニ(セロリ、ローリエ、タイム、パセリの茎)
 - ニンニク
 - トマトペースト(付け合わせ)
 - ライス
 - ジャガイモのピューレ
 - 白ネギ、セロリ
 - バター
 - 味噌



シンプルな素材で奥深い味わい

作り方



- テールの煮込みについて
1. カットした牛テール、日本酒とミルポワでマリネして一晩おく。
 2. 翌日、日本酒から引き上げ、テールは水分をふき取り、表面を色づける。
 3. マリネに使った日本酒でテールを煮ていく。次に別に野菜(ミルポワ)をソテーして(トマトペーストも)テールの入った鍋に入れる。(約2時間)弱火でコトコトと、アク、脂肪は丁寧にすくうこと。

- 付け合わせ
1. ライス3にジャガイモピューレ1を合わせ、少量のバターとあえる。中に少量の八丁味噌をはさみ、円盤型にととのえる。テフロンフライパンで両面をこんがり焼く。
 2. 白ネギは表面を焦がす。セロリは一度茹でる。これをクッキングホイルで包み、オーブンでじっくり火を入れる。白ネギの表面一枚を除きカットし、セロリもカットしておく。

●地元の和牛肉はおいしいので家庭料理に利用しましょう。

お問い合わせ先

生産者 JA岡山西吉備路肉用牛部会
調理者 林成一先生(児島せとうちホテル)