

あいちの小麦「きぬあかり」レシピコンテスト 応募レシピ

審査委員長特別賞

料理名 「きぬあかり」のカラフルスティック

材料と分量(2人分)

- ・きぬあかり 150g
- ・ゆでて水を切ったホウレン草 30g
- ・人参 30g
- ・さつまいも 30g
- ・バター 30g
- ・牛乳 50cc
- ・塩 小さじ1/2
- ・粉チーズ 大さじ 1



調理方法

- ①バターを常温にしておく。粉と塩を合わせ2度ふるいにかける。
- ②ホウレン草はゆでてしぼり、みじん切りにする。
- ③人参、さつまいももそれぞれみじん切りにし、サツとゆでる。
- ④ふるった粉とバターを合わせ、その後野菜、牛乳も加えひとまとめにする。
- ⑤まとまったら半分に分け、片方に粉チーズを加える。
- ⑥冷蔵庫で30分寝かせる。
- ⑦麺棒で伸ばし、細く切り、予熱した200℃のオーブンで9分焼く。

調理時間

60分

料理のポイント
作品に対する思い入れなど

「きぬあかり」の白さを生かし、野菜嫌いの子供にも彩り良く、楽しんでおかし感覚で食べられるように、大人には料理やお酒のおつまみとして楽しめるように考えました。

審査委員の
コメント

どこにでもある食材で「きぬあかり」の特性を活かした料理を考えた。
子供さんにはおやつ、おとうさんにはおつまみにと、お母さんのアイデア料理である。