



タイトル	ごぼう茶ドリアのシカゴピッツ茶		
チーム名	トリオツ茶		
学校名	愛知県立岩津高等学校		
参加者名	萩永 紗妃	野々山 鼓	三浦 七海
いいともあいち会員名	磯田園製茶株式会社		
コラボした食品・食材	ごぼう茶		

コラボの理由

沢山ある候補から、私達のテーマである「自由」に、磯田園様の「学生らしい発想で」という言葉が当てはまり、惹かれました。自由な作品を作るために、アレンジしやすい商品を探しており、磯田園様のお茶パウダーなら幅広く様々な料理にアレンジできると思ったため、磯田園様にコラボを依頼しました。また、自園自製で作られたお茶は沢山の茶葉をふんだんに使用しているためコクがあるのが特徴とお聞きし、「ご飯に使ってみたい!」と思いました。一般的にお茶は飲み物やスイーツのイメージがありますが、磯田園様のお茶ならそのイメージを変えるものができると思い、シカゴピザとドリアを掛け合わせた作品を作りました。ドリアのご飯はごぼう茶を使って炊き込みご飯にし、ごぼう風味のある美味しいドリアにすることができました。

「持続可能な食」のポイント

【進化】固定概念をなくし、お茶をご飯に利用するのが当たり前になるようなアイデアを取り入れ、小さな子でも楽しめるシカゴピザ風にしました。

【新化】今は時代とともに様々な食が誕生しています。シカゴピザはチーズがあふれ出してくるのが特徴ですが、中身をドリアにすることでチーズだけでなくホワイトソースやミートソースも溢れ出る楽しい作品になりました。

【深化】お茶パウダーに入っている食物繊維が体の中にある余分な水分を取ってくれ、小顔効果、むくみ改善になります。また、善玉菌を増やす働きがあるので腸内環境を整え、お腹の中をすっきりさせてくれます。このレシピだとこれらをより美味しく、楽しく摂ることができます。

【伸化】ミートソースの部分をシーフードにしたり、野菜にしたり、ピザのみみにローストビーフなどを巻いて気分によってトッピングを変えることで様々な味を楽しむことができます。

完 成 品 の 写 真



材 料 (2人分)

- | | |
|-----------------|----------------|
| ○炊き込みご飯 | ○ピザ生地 |
| ◎米 100g | ・強力粉 70g |
| ◎ごぼう 30g | ・薄力粉 30g |
| ◎にんじん 30g | ・ドライイースト 2g |
| ・ごぼう茶パウダー 大さじ1 | ・バター 5g |
| ・醤油 大さじ1 | ・塩 2g |
| ・砂糖 大さじ1 | ・砂糖 5g |
| ・水 150g | ・ぬるま湯 55ml |
| ○ミートソース | ・チーズ30g |
| ◎ひき肉 70g | |
| ◎玉ねぎ(みじん切り) 30g | |
| ・ケチャップ 50g | ・ごぼう茶パウダー 小さじ1 |
| ・顆粒コンソメ 小さじ1 | |
| ○ホワイトソース | |
| ・薄力粉 大さじ2 | バター 大さじ1 |
| ◎牛乳 200ml | ・顆粒コンソメ 小さじ1 |

作 り 方

- 炊き込みご飯 1, 米にごぼう、にんじん、ごぼう茶、醤油、砂糖、水を加えて炊く
- ミートソース 1、フライパンに油を敷き、みじん切りの玉ねぎを炒めたらひき肉を加え、八割程炒め、そこにケチャップ、ごぼう茶パウダー、コンソメを加えて煮て、沸騰してきたら火を止めてしばらく置いておく
- ホワイトソース 1、鍋にバターを溶かし、薄力粉を入れて炒め、トロみがついたら顆粒コンソメ、牛乳を入れて煮る。全体的にトロっとしてきたら完成
- ピザ生地 1, ボウルに強力粉、薄力粉、塩、砂糖、バター、ドライイーストを入れ、ぬるま湯を入れ手でこねる
- 2, まとまったら、ラップをして200w30秒温める
- 3, 10~15分発酵させ、発酵したら4号のケーキ型に生地をのばし、180°のオーブンで15分焼く
- 4, 炊き込みご飯、ホワイトソース、ミートソース、チーズの順に生地に入れ再度180℃で10分焼く。
- 5, チーズがとろけたら型から外して完成

※愛知県産の食材には◎をつけてください

2人分の材料費 660 円