

私がすすめる地産地消

取り入れた地域の食材

枝豆

その食材を取り入れた理由

枝豆が好きだから！

メニュー

枝豆プリン

分量・作り方

写真参照 +
粉ゼラチン 5g

その他にトッピングで
生クリーム、黒みつ
コンデンスミルク、
枝豆など...

枝豆はさやから出して薄い皮も取る。

(豆のみ 100g 用意)

枝豆と牛乳をミキサーにかける。

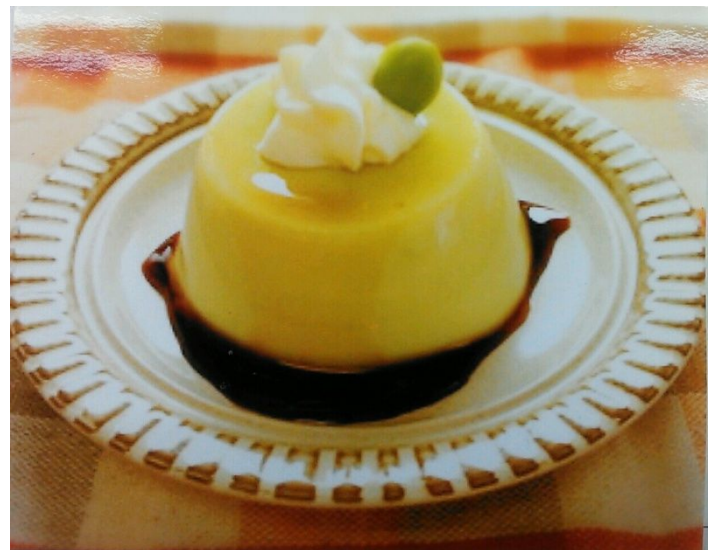
お好きなツブツブ感のところでスイッチオフ。

を鍋にあけて火にかける。

水でふやかしたゼラチンと砂糖、コンデンス
ミルクを加えて混ぜる。

をグラスに分け、粗熱が取れたら冷蔵庫へ
入れて冷やし固める。

グラスから取り出してお好みにトッピングし
て完成。



課題をやって感じたこと・考えたこと

地場のものは鮮度がよく、お菓子の味もより引き立っていたようでした。

いろんな年代の人に試食してもらいましたが、みんなに好評でしたっ！

いつもは食材の産地や生産者を見て食材を選ぶことが少ないので、これからはお菓子やご飯を作るときに地場の旬のものを自ら積極的にとりいれていきたいです。

おうちの人から一言

<記入者> 母

おいしかったです。ごちそーさまでした。また作ってね。