

フロッコリーと 里芋の柚子味噌かけ

材料(4人分)

- フロッコリー……1〜1/2株
- 里芋(小)……12個

【柚子味噌】

- 白みそ……大さじ4
- 砂糖……みりん・
- 柚子果汁……各大さじ1
- 柚子の皮すり卸し……1/2個分



マダム・ブロッツ

※豆腐・鶏肉の炒めたものと合わせて田楽や和風グラタンにも応用できます。
※柚子味噌は、加熱してないので1週間くらいで使い切りましょう。

- #### ▼作り方
- ①フロッコリーは小房に分け塩茹でしザルに上げ水気をきっておく。
 - ②里芋は皮をむいて柔らかく茹でザルに上げ水気をきっておく。
 - ③ボールに柚子味噌の材料を入れよく混ぜ合わせておく。
 - ④器に①・②を盛り③の柚子味噌をかけて出来上がり。

季節のごじまん品 かんたんレシピ

黒豆入り柚子ケーキ

材料(25cm×30cm天板1枚分)

- 無塩バター……100g
- 砂糖……70g
- 卵(M)……2個
- 柚子……1個(皮の千切りと果汁)

- 小麦粉……100g
- ベーキングパウダー……小さじ1/2
- 黒豆(煮豆)……100g
- さつま芋……100g

- 柚子茶(柚子ジャム・ブランドー……各適量

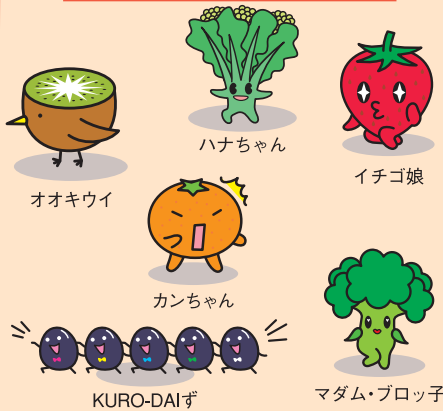
- #### ▼作り方
- ①ボールに室温で柔らかくしておいたバターを入れ、泡だて器で混ぜ、クリーム状になったら砂糖を加え更によく混ぜる。
 - ②①に溶き卵を2〜3回に分けて入れて混ぜ、最後に柚子を加えて混ぜる。
 - ③②にふるっておいた④を入れザックリ混ぜ、オーブンシートを敷いた天板に入れ⑤を散らし180度で予熱しておいたオーブンで15〜18分焼く。
 - ④③を取出し、⑥を混ぜたものを塗り粗熱を取って切り分ける。



KURO-DAIず

おすすめ! 12〜1月の“旬”ごじまん品

- ブロッコリー……10〜5月
- ナバナ……12〜4月
- イチゴ……11〜6月
- キウイフルーツ……11〜3月
- 温州ミカン……10〜3月
- 黒大豆……11月〜



トップニュース

2017年 ごじまん品 カレンダー完成!!



来年もかわいいキャラクターと一緒に過ごそう♪
ホームページからダウンロードして使ってね。

親子農業体験教室の参加者を募集します!!

農業体験と調理実習を通じて、食育への関心を深めるため開催します。

内 容 親子で農業体験と調理実習を行う。

主 催 高松市農産物ごじまん品推進協議会

日 時 平成29年2月4日(土)9:00～13:30

場 所 香南アグリーム(高松市香南町岡1270番地13)

応募資格 高松市内に在住又は勤務しており、親子で参加できる方(3歳以上)

募集人員 30名(親子10組程度)

参加費 1名 1,000円 中学生以下 500円

申込方法 住所・氏名・年齢・電話番号・応募理由を記入の上、ハガキ又はファックスで申込

締 切 日 平成29年1月20日(金)必着

申 込 先 〒760-8571 高松市番町一丁目8番15号 高松市役所 農林水産課
TEL.087-839-2422 FAX.087-839-2423

イベント
情 報

たかまつ食と農のフェスタ2017

■ **日時** 平成29年2月25日(土)

～2月26日(日)9:30～16:00

■ **場所** サンメッセ香川 大展示場・屋外展示場

■ **内容** 産直 高松産ごじまん市、体験コーナー、
ガラポン抽選会など

「フラワーフェスティバルかがわ2017」同時開催!!
詳しくは次号で紹介します。お楽しみに!!

香南朝市歳末大売り出し!!

今年最後の水曜日に、お野菜、お花、お餅などを販売します。
ぜひお越しください。

■ **日時** 平成28年12月28日(水)

8:00～15:30

■ **場所** 香南朝市

香南町横井997番地2
道の駅「香南楽湯」敷地内

野菜ソムリエ 有里さんの ちょっと話45

「お味噌、そろそろ開けて上下を返してみてね。味見して、よさそうなら冷蔵庫に入れましょう。」体育の日も過ぎた頃、私は娘の保育所時代の、お友達のお母さん4人にLINEを送りました。

昨年度卒業した娘の保育所は保護者同士も仲が良く、雑談のうちに、味噌を作ろう!となったのです。私がなんちゃって講師を務め、卒業直前の娘たちも立派な戦力となり、時につまみ喰いをしながら楽しく手作り味噌を仕込みました。

夏を越し、めでたく味噌は完成しました。カビが生えたり、水が浮いてきたり、これは大丈夫?と不安そうに写メを送ってくる人もいましたが、それぞれの家庭で美味しく食べられていて、とても嬉しかったです。

子どもたちは、今はみな別々の小学校に通っていますが、お母さん同士は味噌を通じてより太い繋がりができました。リクエストにお応えして、この冬は白味噌作りに挑戦する予定です。これから少しずつ冬の恒例行事になるといいな、と思います。

～ホームページはこちら!～

スマートフォン用
QRコード



携帯用
QRコード



宛先▼〒760-8571
高松市番町1丁目8-15
高松市農林水産課内
高松市農産物ごじまん品
推進協議会事務局

「ごじまん新聞」は、消費者と生産者を結ぶコミュニケーションペーパーを目指しています。お気軽にメッセージをお寄せください。また、「ごじまん品」を使ったオリジナルレシピを募集します。掲載された方には、ごじまん品のプレゼントもありますので、ふるってご応募ください。

メッセージ&ごじまん品
レシピを大募集!!

消費者である、あなたの
意見を聞かせてください。