

メニュー名

雑穀入り バラのパウンドケーキ

学校名: 岩手県立軽米高等学校

氏名: Uさん



PR文 (200字以内)

～感謝の気持ちを届けよう～

私からのメッセージ

いつも応援し、支えてくれる家族や、おいしい野菜や果物、雑穀を作ってくれる親戚の方々へ感謝の気持ちを込めて作りました。  
 地元で採れるひえなどの雑穀やりんご、特産品であるエゴマを使ったパウンドケーキを考えました。  
 エゴマは認知症対策にもなると注目されているので、家族や親戚だけではなく、地域の方々にも食べてもらい、軽米の食材の良さも知ってもらいたいです。

| 材料                   | 分量(2名分) | 作り方と調理時のポイント  | 調理時間                               |
|----------------------|---------|---|------------------------------------|
| <b>&lt;コンポート&gt;</b> |         |   | 調理時間<br>90分<br>※調理時間は2名分を作る合計の調理時間 |
| りんご                  | 1個      | ①コンポート用のりんご、青りんごを切る。<br>②鍋に①が重ならないように並べ入れ、ひたひたの水(大さじ1程度)を入れる。砂糖とレモン汁を入れて弱火で煮る。  |                                    |
| 青りんご                 | 1個      |   |                                    |
| レモン汁                 | 大さじ2    |   |                                    |
| 砂糖                   | 大さじ3    |   |                                    |
| 水                    | 大さじ1    |   |                                    |
| <b>&lt;生地&gt;</b>    |         |   |                                    |
| たかきび                 | 大さじ1    | ③湯(分量外)を沸かし、たかきび、ひえ、あわを煮る。<br>④かぼちゃを一口大に切り、皿に水(分量外)を入れラップをしてレンジで温める。<br>⑤ボウルにマーガリン、砂糖、温めた牛乳、卵の順に加え、泡だて器でよく混ぜる。<br>⑥⑤に粉類(小麦粉、BP、エゴマパウダー)を少しずつ加えてへらで混ぜる。<br>そこに、③を入れ混ぜる。<br>⑦⑥に④を加え、混ぜる<br>⑧型に⑦を流しいれ、所々にかぼちゃの種を入れる。<br>⑨⑧の上に②のリンゴのコンポートをバラ型に配置し、アーモンドスライス、ドライパイナップルを乗せ、170度のオーブンで30～40分焼く。<br>⑩串を刺してみて生地がついてこなければ出来上がり。 |                                    |
| ひえ                   | 大さじ1    |   |                                    |
| あわ                   | 大さじ1    |   |                                    |
| かぼちゃ                 | 1/3個    |   |                                    |
| かぼちゃの種               | 適量      |   |                                    |
| マーガリン                | 80g     |   |                                    |
| 砂糖                   | 90g     |   |                                    |
| 温めた牛乳                | 10ml    |   |                                    |
| 卵                    | 2個      |   |                                    |
| 小麦粉                  | 100g    |   |                                    |
| ベーキングパウダー            | 2.5g    |   |                                    |
| エゴマパウダー              | 大さじ1    |   |                                    |
| <b>&lt;飾り&gt;</b>    |         |   |                                    |
| アーモンドスライス            | 適量      |   |                                    |
| ドライパイナップル            | 適量      |   |                                    |