

ウェルネスかごしま 健康増進魅力発掘プロジェクト 料理レシピ部門



素材名

Bean's Cookie

名前
(ニックネーム)

山高 家庭クラブ 様

所在地 (県名)

鹿児島県

ポイント

- ・山川高校生が命名した実えんどうを鹿児島県が平成25年に育成した新品種“まめこぞう”使用。
- ・指宿市と本校園芸工学・農業経済科の特産品である実えんどうをたっぷり使用した創作菓子。
- ・まめこぞうを甘納豆にして加えるため、豆臭さがありません。
- ・おからを配合して、食物繊維もたっぷり。
- ・山川高校家庭クラブでは、指宿市農政課と連携して、指宿市特産である豆PR活動に8年前から取り組んでいます。
- ・今回ご紹介するレシピは、現在研究中の一部です。商品化を目指しています。

材 料

(30～35個分)
バター55g
砂糖110g
卵1個
薄力粉225g
バニラエッセンス少々
ベーキングパウダー小さじ1
おから70g
まめこぞう甘納豆 (まめこぞう正味100g (さやつき240g) 砂糖50g、水100cc)
飾り (まめこぞうの砂糖煮) 適宜

作り方

1. まめこぞう甘納豆を事前に作っておく。
小鍋に砂糖と水を煮立たせ、2/3に煮詰まったら、さやから外したまめこぞうを加え、粉をふくまで、加熱しながら混ぜる。
粗熱がとれたら、クッキーの表面に置くまめを残して、荒いみじん切りしておく。
2. 常温にもどしたバターに砂糖を加え、白っぽくなるまで、すり混ぜる。
3. 溶いた卵を何回かに分けて入れ、その都度混ぜる。おからも加えて混ぜる。
4. 薄力粉とベーキングパウダーを一緒にふるいにかけて、2の生地に混ぜ込む。
5. 4の生地に、まめこぞうのみじん切りを混ぜ込む。
6. 5の生地をラップでまとめ、20分冷蔵庫で休ませる。
7. 30～35等分に分けて、丸く整形し、クッキングシートに載せる。(表面にまめこぞうの砂糖煮をトッピングすると、見た目もかわいい)
8. 180℃に予熱したオーブンで、15～20分間、表面にこげめがつくまで加熱する。