

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 島育ちのみへでいろアンダーギー

名前 (ニックネーム) ダンデライオン 様

所在地 (県名) 鹿児島県

ポイント

一つの箱の中から、沖永良部産の農作物の味を思う存分楽しむことができる！おばあちゃんの味（プレーン）や、きくらげのコリコリ感、コーヒー、桑の風味を感じることができる！コーヒーや、桑の葉には抗酸化作用があり、健康的なアンダーギー！（上図：一つ一つ棒に包んであるため、手を汚さず、お土産として配ることもできる！）

材 料

強力粉 170g
砂糖 68g
卵 2個
きくらげ
島バナナ
島コーヒー（ドリップ用） 3g
桑茶 3g
黒糖

作り方

1. 強力粉、砂糖、卵を混ぜ合わせる。
2. きくらげ：1の混ぜ合わせたものに対して、細かく刻んで入れる。
島バナナ：1の混ぜ合わせたものに対して、島バナナをすりつぶして入れる。
島コーヒー：1の混ぜ合わせたもの70gに対して、島コーヒー加える。
桑 茶：1の混ぜ合わせたもの70gに対して、加える。
3. 丸く丸めて、150℃であげる。
(浮いてきて、きつね色になったらすくいあげる。)