

# 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

みへでいろあふれるパフェ

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

沖永良部島の特産品である黒糖、きくらげ、じゃがいも、島バナナ、桑茶の味を、様々なスイーツで楽しむことができる！「海」「砂浜」「ガジュマルの木」「エラブユリの花」  
沖永良部の魅力をスイーツで、味わうことができる！桑の葉、ブルーベリーには抗酸化作用がある！健康的で、永良部の魅力がたっぷりパフェ！

## 材 料

- A.ブルーベリー寒天ゼリー  
水 100CC 寒天 2g 黒糖 30g 牛乳 150CC  
ブルーベリー 10個
- B.バナナケーキ  
バナナ 1/2本 バター 30g 黒糖 30g 卵 1個  
小麦粉 70g ベーキングパウダー 2g
- C.桑茶団子  
白玉粉 40g 水 36g 桑茶 5g 黒糖 10g  
月桃 数枚
- D.カラメルソース  
黒糖 20g 水 10cc お湯 10cc
- E.じゃがいもクッキー  
じゃがいも 50g バター 50g 砂糖 35g 卵 15g  
薄力粉 90g
- F.アンダーギー  
強力粉 170g 黒糖粉 68g 卵 2個

## 作り方

- A.ブルーベリー寒天
- 鍋に水と寒天を入れ、沸騰したら弱火にし、1分ほど混ぜる。
  - 黒糖を入れて、火を止め、常温の牛乳とブルーベリーを混ぜ合わせて入れる。
  - タッパーに入れて、冷蔵庫で固める
- B.バナナケーキ
- バター、黒糖を合わせ、卵を加える。バナナをつぶして入れる。最後に小麦粉とベーキングパウダーを加える。
  - オーブンで180°C30min加熱する。
- C.桑茶団子
- 白玉粉 水 桑茶 黒糖を混ぜ合わせる。
  - 月桃の葉を刻んで沸騰させ、さらに1で作ったものを入れ、上がってきたらすくう。
- D.カラメルソース
- 黒糖、水で沸騰させ、焦げ色になるまで弱火で加熱、火から取り上げお湯を加える。
- E.じゃがいもクッキー
- じゃがいもをレンジで5min加熱し、ほぐす。
  - バターと砂糖、卵を混ぜ合わせ、じゃがいも、薄力粉を加える。
  - のばして、百合の花の型にきりとる。
  - オーブンで150°C20min加熱する
- F.アンダーギー
- 強力粉、黒糖粉、卵を混ぜ合わせ、丸く丸めて、150°Cであげる。  
(浮いてきて、きつね色になったらすくいあげる。)