

= 今月の旬な食材 =

農畜産物&食育推進キャラクター

旬な食材と豆知識、食材を利用した1品と、食材をモチーフにした
新城市食育推進キャラクター「お食べん武将隊」(全12種)を紹介します。



いちご

主に紅ほっぺ、ゆめのかが栽培されている。
紅ほっぺは大玉でジューシー、ゆめのかは果皮
が硬く、日持ちする。

べにひめ

キュートな女の子。いちごのついたヤ
リに刺された相手は恋する甘酸っぱい気
持ちになる。

旬の食材を使った1品

いちご大福



☆材料☆	(6個分)
切り餅	5個 (200g)
いちご	6個
あずきあん	150g
砂糖	30~50g
水	小さじ1
片栗粉	適宜

☆作り方☆

- ①あずきあんを耐熱皿に広げて入れ、600wの電子レンジに5分かける。
- ②いちごのへたを取り、あんで包んでおく。
- ③耐熱ボウルに切り餅、水小さじ1を入れ、600wの電子レンジに4分かける。
- ④餅が柔らかくなったら砂糖を加え、めん棒に水をつけて餅つきをする。
- ⑤ひとまとめになった餅を、薄く片栗粉をひいたバットに移す。
- ⑥手早く6個に餅生地をちぎって、いちごを包む。

料理：新城市食育推進実行委員会
(農村輝きネット・しんしろ)