

第2弾

香芝「まほろば」SA新メニュー



# 創作コンテスト レシピ集



近鉄SAフードコートメニュー開発プロジェクト  
2015年12月

## はじめに

近鉄リテーリングは、鉄道、不動産、流通、ホテル・レジャーなど、暮らしに密着した様々な事業・サービスを展開する近鉄グループの流通事業中核会社として、高速道路のサービスエリア事業にも取り組んでいます。

香芝SA(西名阪自動車道)と畿央大学は連携して平成26年から「近鉄SAフードコートメニュー開発プロジェクト」を進めており、第2弾となる平成27年は「カフェメニュー」をテーマにメニューコンテストを実施しました。

大学では主に健康栄養学科(指導教員:岩城啓子教授、餅田尚子助教)の商品開発コースの2回生に参加を呼びかけ、説明会、勉強会、レシピ検討会を経て、メニューコンテストに16グループ53名が参加し、提案された16メニューの中からグランプリ、準グランプリ各1点、特別賞2点が選ばれました。なお、グランプリ、準グランプリに輝いたメニューは商品化され、平成27年10月16日から香芝SA上下線のカフェコーナーで販売されています。



香芝SA上り線



香芝SA下り線

## Contents

ごあいさつ	3
かぐや姫の抹茶フローズン、姫のホット抹茶ラテ【グランプリ】	4
はちみつジュレの太陽さんさんゼリー【準グランプリ】	5
フワッと! シュワッと! マシュゲルト【特別賞】	6
濃厚ひんやり大和茶パフェ【特別賞】	7
飲むティラミス	8
大和茶フローズン	8
ひやひや柿アイスサンド	9
枝豆パフェ	9
ひんやり! ティラミス	10
和みパフェ	10
冷やしフルーツ葛湯	11
しゃか(鹿) っとソイチョコスムージー	11
スウィート&タンギーサンド~緑茶の香り~	12
和(なごみ) 幸せのフレンチトースト	12
ぶつぶつ大仏くん~東大寺からやってきた! ~	13
さっぱりなめらか緑あざやかなほうれん草ムース	13
香芝SAカフェコーナーの様子	14
指導教員・SA支配人からのコメント	15

## ごあいさつ

高速道路のサービスエリアは、遠くから来られる方に地産品を紹介することや産業に貢献するといった地域との連携をひとつの使命としています。畿央大学様と関係者の皆様のご協力を得て、平成26年に産学連携となる本プロジェクトを起ち上げ、2回目の本年も学生の皆様から独創的でアイデア溢れるメニューを多数提案いただきました。これらのメニューレシピは、ぜひとも今後の経営に活用させていただきたいと存じます。

関係各位のご協力を深く感謝申し上げますとともに、畿央大学様と香芝SAとの連携が更に強固となるよう取り組んでまいりたいと存じます。

株式会社近鉄リテーリング 代表取締役社長  
中井 潔



近鉄香芝サービスエリア(SA)様との連携事業は、昨年「フードコートメニュー開発」に続き、今年27年は「カフェメニュー開発」に取り組みました。食品開発に興味を持つ健康栄養学科2回生53名16グループが参加し、オリジナルスイーツ16作品を出展してくれました。グランプリ、準グランプリのレシピはすでにSA新メニューとして販売されていますが、他の作品も完成度が高く、学生たちの創作意欲が窺われました。この活動を通して得た経験は、学生たちが社会に出て生かされていくことと思います。このような機会を与えていただきました(株)近鉄リテーリング様にお礼申し上げます。

畿央大学 健康科学部 健康栄養学科長  
小西 洋太郎



食品開発に興味をもつ学生たちは、正規の授業が終わった16時30分以降の課外授業として自らの教養を深め体験を積むため、情報収集発表会、勉強会、試作相談会に参加し、コンテストに臨みました。



学生募集説明会

2015.4.14



情報収集発表会

2015.5.15



試作レシピ検討会

2015.7.10



審査会

2015.7.25



## かぐや姫の抹茶フローズン、姫のホット抹茶ラテ



エネルギー▶325kcal たんぱく質▶9.2g 脂質▶11.2g 食塩▶0.2g



エネルギー▶321kcal たんぱく質▶8.7g 脂質▶23.8g 食塩▶0.2g



【2回生】 内田有妃子 小西舞佳  
小川夕里奈 加田野葉月

栄養価は1食分あたりを示しています。

香芝市のすぐ隣に「かぐや姫」の住んでいたと言われている広陵町という町があります。私たちはその広陵町の民話である「竹取物語のかぐや姫」をテーマに、コールドドリンクとホットドリンクを作りました。

また、サービスエリアをご利用いただくお客様の健康を、栄養学生の知識を持ってサポートできたらと思い、豆知識をふまえたプチレシピを作りました。

### かぐや姫の抹茶フローズン

#### 材料 (1食分)

抹茶シロップ	きなこアイス	15g
牛乳	あんこ	20g
牛乳氷	白玉	2粒 (15g)
抹茶	ホイップクリーム	5g
水	黒蜜	1g
グラニュー糖		10g
ゼリー		35g
アガー		0.7g
水		30g
黒糖		5.7g

#### 作り方

- ① 黒糖とアガーを合わせておく。
- ② 鍋に水30gと①を入れて、だまにならないように溶かす。この時、少しずつ溶かすのがポイント。\*だまがあると固まらない。
- ③ ②を火にかけ、軽く沸騰したら火を止める。
- ④ ③を水で濡らしたバットに入れ、固める。固まったら5mm角に切っておく。(常温で固まる)
- ⑤ 抹茶を水で溶かしておく。
- ⑥ ミキサーに牛乳、牛乳氷、グラニュー糖、⑤を入れて混ぜる。
- ⑦ ゼリーをコップに入れ、⑥を注ぎ入れ、トッピングをすれば完成。

### 姫のホット抹茶ラテ

#### 材料 (1食分)

牛乳	トッピング	
抹茶	生クリーム	35g
グラニュー糖	グラニュー糖	3g
水	黒蜜	1g
きな粉	きな粉	0.1g

#### 作り方

- ① 抹茶を水で溶かす。
- ② 牛乳を温める。
- ③ ②に①ときな粉を入れ、溶かす。
- ④ 容器に注ぎ、熱いうちにトッピングすれば完成。



## はちみつジュレの太陽さんさんゼリー



エネルギー▶168kcal たんぱく質▶11.1g  
脂質▶2.6g 食塩▶0g



【2回生】 松尾彩花 馬淵享乃 山本萌 吉田美穂

栄養価は1食分あたりを示しています。

今も奈良の地下にねむる、古代遺跡に見立てて、甘納豆を敷き詰めました。奈良県の特産品である、はちみつをふんだんに使用したはちみつジュレは甘さを抑え、さっぱりした味に仕上げられます。トッピングに使用した、ミニトマトとパイナップルは太陽をイメージしており、観光客の旅の晴天を祈っています。

#### 材料 (1食分)

《甘納豆ゼリー》	
グラニュー糖	4.5g
ゼラチン	1.25g
水	50g
水	200g
甘納豆	8g
《コーンフレーク》	6g
《豆乳プリン》	
豆乳	42g
生クリーム	17g
グラニュー糖	6g
ゼラチン	0.6g
《はちみつジュレ》	
水	200g
レモン汁	大さじ2
はちみつ	大さじ3
ゼラチン	5g
水	大さじ1
《トマトのコンポート》	
ミニトマト	1つ
グラニュー糖	8.5g
水	8.5g
《パイナップル》	10g

#### 作り方

- 《甘納豆ゼリー》グラニュー糖と水を火にかけ、グラニュー糖がとけたら火をとめる。水でふやかしたゼラチンを加えて、溶かす。粗熱がとれたら、甘納豆をいれた容器にそそぎ、冷蔵庫でひやす。
- 《豆乳プリン》豆乳・生クリーム・グラニュー糖を火にかけ、沸騰する直前で火をとめ、ゼラチンを加えて、溶かす。濾し器でこして、冷蔵庫でひやす。
- 《はちみつジュレ》水、はちみつ、レモン汁を火にかけ、はちみつがとけたら火をとめる。水でふやかしたゼラチンを加えて、溶かす。粗熱がとれたら、冷蔵庫でひやす。
- 《トマトのコンポート》ミニトマトは湯むきしておく。水とグラニュー糖を火にかけ、湯むきしたミニトマトを加え、5分ほど煮る。冷蔵庫でひやす。
- 《甘納豆ゼリー》のはいた容器に、《コーンフレーク》・くずした《はちみつジュレ》・《豆乳プリン》・くずした《はちみつジュレ》を順に層状にかさねていく。最後に《トマトのコンポート》と《パイナップル》を飾る。



## フワッと!シュワッと!マシュグルト



食感と手軽さをテーマにどの年代にも食べていただきやすく、のみやすいドリンクにしました。ヨーグルトとフルーツグラノーラを使用しているため朝食や小腹を満たすのにちょうどよく、また奈良県産の新生姜を使っているので新陳代謝の効果が期待できます。マシュマロ×ヨーグルト×フルグラの新食感をお楽しみください!!

### 材料 (1食分)

ヨーグルト(無糖)	100g(合わせて)
マシュマロ	(ヨーグルト100gに対して40g)
レモン炭酸	70g
グラノーラ	20g
ミックスペリー	15g
生姜ジャム	
生姜	20g
砂糖	20g
氷	2つ

エネルギー▶386kcal   たんぱく質▶6.3g  
脂   質▶6.3g       食   塩▶0.2g

### ●作り方

- ①下準備→ヨーグルトにマシュマロを1日間漬けて置いて冷蔵庫で寝かしておく。
- ②ボウルに生姜ジャムとグラノーラを混ぜよく絡める。
- ③容器に②をまんべんなく敷き詰め、層になるようにその上①で作っておいたヨーグルトを入れる。
- ④その上にレモンソーダをかけ氷を最後に入れたら完成。



【2回生】 宮崎真実   二ノ宮穂美   芝田江里

栄養価は1食分あたりを示しています。



## 濃厚ひんやり大和茶パフェ



奈良県の名産品である大和茶、吉野葛を使用し、鹿のクッキーを最後にのせ奈良公園をイメージしました。スポンジと葛という和と洋のコラボレーションを実現してみました。

### 材料 (1食分)

くず粉	7g
水	28g
グラニュー糖	2.8g
スポンジ	15g
クリームチーズ	13g
生クリーム	13g
卵黄	2.5g
グラニュー糖	5g
大和茶(抹茶)	0.4g
アーモンドプードル	0.5g
きな粉	0.2g
バニラアイス	50g
黒蜜	2g
クッキー	10g

エネルギー▶359kcal   たんぱく質▶5.8g  
脂   質▶17.8g       食   塩▶0.3g

### ●作り方

- ①くず粉に水、グラニュー糖を加え、葛餅をつくる。
- ②クリームチーズ、生クリームをそれぞれ泡立て、生クリームのボールに攪拌したクリームチーズ、グラニュー糖、卵黄、抹茶を加えてよく混ぜる。
- ③器に葛餅、スポンジケーキ、②を順に入れる。
- ④③の上にアイスのをせ、黒蜜をかけ、きな粉、アーモンドプードルをふりかける。
- ⑤最後に鹿クッキーをトッピングすれば完成。



【2回生】 一岡夕貴   岸田茜   片岡里奈   大野雅恵

栄養価は1食分あたりを示しています。



## 飲むティラミス

- ・運転しながら食べられるスイーツ
- ・コーヒーゼリーのカフェインの効果で運転中の眠気もすっきり!
- ・ゼリーとアーモンドのたのしい食感
- ・幅広い年齢層から人気のチーズと大人の好きなコーヒーをひとつに!

エネルギー▶230kcal たんぱく質▶6.5g 脂質▶12.2g 食塩▶0.3g

### 材料 (1食分)

- |                     |                    |
|---------------------|--------------------|
| ○コーヒーゼリー……………100g   | ・砂糖……………10g        |
| ・コーヒー(加糖)……………80ml  | ・プレーンヨーグルト……………60g |
| ・お湯……………15ml        | ・アーモンドダイス……………1g   |
| ・粉ゼラチン……………1.6g     | ○ココアパウダー……………少々    |
| ○ティラミスクリーム……………100g |                    |
| ・クリームチーズ……………30g    |                    |

### ●作り方

- ① コーヒーゼリーを作る。お湯に粉ゼラチンを溶かし、コーヒーを入れて混ぜ、冷蔵庫で冷やし固める。
- ② ティラミスクリームの材料をすべてフードプロセッサーに入れ、攪拌する。
- ③ コーヒーゼリーを細かくし、ティラミスクリームと混ぜる。仕上げにココアパウダーを茶漉しでかける。



【2回生】 山本さち 森上紗衣 森田真帆



## ひやひや柿アイスサンド

今流行りのパンケーキ×奈良県の柿  
若い人たちにも親しみを持ってもらえるようなスイーツにしました!  
若い人たちの中で柿を好まない人たちがいることを知り、柿を食べやすいようにジャムを用いました。  
また、形状にもこだわりワンハンドで楽に食べられるようにしました。

エネルギー▶161kcal たんぱく質▶9.1g 脂質▶5.3g 食塩▶1.0g

### 材料 (1食分)

- |                |
|----------------|
| 冷凍パンケーキ……………1枚 |
| アイス……………50g    |
| 柿ジャム……………10g   |
| マシュマロ……………5g   |

### ●作り方

- ① 冷凍パンケーキを解凍する。
- ② アイス・マシュマロ・かきジャムを混ぜる。
- ③ パンケーキにはさむ。



【2回生】 秋山彩乃 植田菜絵 浅田菜摘  
青木萌恵 北村郁果



## 大和茶フローズン

片手で持てる、誰でも簡単にのみやすい物にしました。  
奈良の大和茶を使い、バナナとアイスクリームと一緒に混ぜることで飲みやすく、また、みんなが大好きなオレオクッキーをトッピングしたので、抹茶が苦手という人にも美味しく飲める物になりました。

エネルギー▶350kcal たんぱく質▶7.6g 脂質▶18.3g 食塩▶0.3g

### 材料 (1食分)

- |                |                 |
|----------------|-----------------|
| 牛乳……………80g     | バナナ……………35g     |
| 抹茶……………小さじ2強   | オレオクッキー……………15g |
| バニラアイス……………50g | 生クリーム……………20g   |
| 氷……………3個       |                 |

### ●作り方

- ① 牛乳、抹茶、バニラアイス、バナナをミキサーに入れる。
- ② 容器の下にオレオクッキーをひいておき、そこに②を注ぎ込む。
- ③ 上に生クリームをのせて、残りのオレオクッキーをふりかける。



【2回生】 土井悠生 佐竹あず美  
浦山優衣 岡本奈巳



## 枝豆パフェ

疲れた体に! マメ(豆)な栄養補給を!  
美肌・若返り効果、胃腸に優しい。  
鉄分豊富、疲労回復効果で体の内からも外からも癒される。

エネルギー▶377kcal たんぱく質▶11.1g 脂質▶16.4g 食塩▶0.5g

### 材料 (1食分)

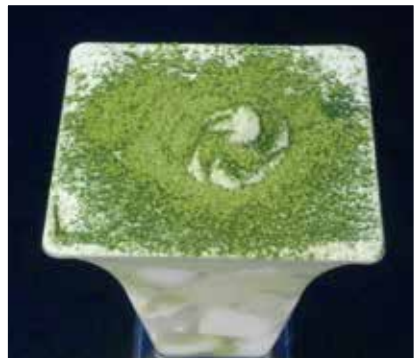
- |                  |                    |
|------------------|--------------------|
| 枝豆(冷凍)……………80g   | ゼラチン……………1.5g      |
| 牛乳……………50g       | ホットケーキミックス……………20g |
| 砂糖……………20g       | 牛乳……………30g         |
| ホイップクリーム……………30g |                    |

### ●作り方

- ① 枝豆は水を張ったボウルに入れて解凍し、皮をむく。
- ② 砂糖と牛乳と枝豆を鍋に入れ、火にかけて砂糖を溶かす。
- ③ すべての食材をミキサーに入れ、スイッチを入れて攪拌する。
- ④ ホイップクリームを泡立てる。
- ⑤ それらを混ぜて冷やす。
- ⑥ ホットケーキミックスと牛乳を混ぜて弱火で焼く。



【2回生】 本山温子 西脇咲樹 藤富幹



## ひんやり!ティラミス

どの年代の方でもおいしく食べられる優しい味です。

エネルギー▶262kcal たんぱく質▶13.9g 脂質▶14.9g 食塩▶0.3g

### 材料 (1食分)

牛乳	170g	砂糖	2g
ゼラチン	7g	抹茶	2g
砂糖	5g	スーパーカップ抹茶	10g
クリームチーズ	2.5g	抹茶	適量
生クリーム	19g	バニラエッセンス	適量

### ●作り方

- ① 熱した牛乳に分量の砂糖を加える。
  - ② 火を止めてゼラチンを加える。
  - ③ 粗熱をとってからパットに注ぎ冷蔵庫で冷やす。
  - ④ 抹茶液を作る。
  - ⑤ 分量のクリームチーズ・生クリーム・砂糖・抹茶液を角が立つまで混ぜる。
  - ⑥ 固まったゼリーを1cm四方に切り分ける。
  - ⑦ 器にゼリーを入れ次に⑤を入れる。
  - ⑧ ⑦の行程を繰り返し、上から抹茶を振りかける。
- 完成



[2回生] 梅本達哉 瀬村篤樹



## 和みパフェ

様々な食感を楽しめるスイーツ。奈良県産あすカルビーを使用した和風テイストなスイーツに仕上げました。下のヨーグルトだけで食べるのと、アイスと一緒に食べることでも食感にも変化がです。

エネルギー▶198kcal たんぱく質▶6.0g 脂質▶8.0g 食塩▶0g

### 材料 (1食分)

ヨーグルト	40g	フルーツグラノーラ	15g
抹茶アイス	40g	アスカルビー	15g
ホイップクリーム	10g	チョコソース	5g

### ●作り方

- ① ヨーグルトに苺ジャムとホイップクリームを混ぜておく。
- ② カップに①を入れ、上からフルーツグラノーラを入れる。
- ③ 抹茶アイスを盛り付け、チョコソースを3の字にかける。



[2回生] 増井宏樹 古川貴文

栄養価は1食分あたりを示しています。



## 冷やしフルーツ葛湯

吉野葛 100% 使った、食べるタイプの葛湯です。提供時は青っぽいですが、かきまぜるとピンクに色が変わります。重曹を少量加えることで、ブルーベリーに含まれるアントシアニンが青くなり、かき混ぜるとミックスフルーツの酸により赤くなります。葛の味を残すために甘さを抑えました。

エネルギー▶67kcal たんぱく質▶0.1g 脂質▶0g 食塩▶0g

### 材料 (1食分)

水	87ml(最終的な量)	くず粉	6g
ミックスフルーツ	20g	ブルーベリー	5g(4粒)
グラニュー糖	7g	重曹	0.003g

### ●作り方

- ① 0.1% 重曹水を作る。小さじ1/4(1g)の重曹と水1L(分量外)を鍋にいれ、軽く火にかける。
  - ② くず湯を作る。鍋の重量を量っておき、グラニュー糖、くず粉と約100mlの水を加え火にかける。
  - ③ 全体が透明になれば、鍋ごと重量を量り、鍋重量+100gになるまで、煮詰める。水分を飛ばしすぎた場合は、水でなく、湯を加えること。
  - ④ ①の重曹水を3gだけ加える。
  - ⑤ 金属ボウルに移し替え、一回り大きいボウルに水を張ってしっかり粗熱をとる。
  - ⑥ ブルーベリーを加えて液が、青みがかかるまでかき混ぜる。
  - ⑦ 氷水をあてるか、冷蔵庫に入れてさらに冷やす。
- ↓ここからは提供前に行います。
- ⑧ カップにいれ、軽く汁気を切ったフルーツミックスをのせて完成。



[2回生] 戸井美由紀 神野尚子 中野佑泉 広瀬友香梨 森本泰生 安田文香

栄養価は1食分あたりを示しています。



## しゃか(鹿)っとソイチョコスムージー

・誰もが大好きなチョコレートが主役  
・奈良の特産物、葛粉を使ったプリンでドリンクに食感をプラス  
・色も見ただも鹿同然  
・マシュマロ本来の食感を覆したマシュマロを飾りに使用

エネルギー▶628kcal たんぱく質▶15.5g 脂質▶33.5g 食塩▶0.3g

### 材料 (1食分)

★アイスクリーム(バニラ)	30g	●ココアパウダー	5g
★チョコレートシロップ	20g	●砂糖	5g
★板チョコレート	10g	●葛粉	10g
★牛乳	200cc	大豆クリーム	20g
★氷	100g(約10個)	グラノーラ	10g
●豆乳	100cc	マシュマロ	15g

### ●作り方

- ① ●印の材料をとりみがつくまで火にかける(中火3~4分)。
- ② ①の粗熱がとれたら冷蔵庫で冷やす。
- ③ マシュマロをレンジで20秒温める(600w)。
- ④ ③にグラノーラを混ぜ型に入れて冷蔵庫で冷やす。
- ⑤ ★印の材料をミキサーに入れて混ぜる。
- ⑥ 容器に固まった②を入れ⑤を入れ大豆クリームを絞って④を鹿の角のように包丁で切り、飾る。



[2回生] 野村実音 西川千晶



## スイーツ&タンギーサンド~緑茶の香り~

老若男女誰からもおいしいと思ってもらえるようなスイーツ。トマトジャム、緑茶クリーム、ラズベリーそれぞれの違った味や香りが組み合わさることでまた新しいおいしさを味わっていただけるように工夫。奈良の特産物の大和茶使用。トマトと緑茶には体に良い効能がいろいろあるので、健康によいスイーツ。

エネルギー▶301kcal たんぱく質▶6.2g 脂質▶18.8g 食塩▶0.6g

### 材料 (1食分)

パンケーキ……………	34g	トマト……………	80g
ホイップクリーム……………	20g	砂糖……………	8g
クリームチーズ……………	15g	レモン汁……………	0.5g
緑茶(粉末状)……………	1g	ラズベリー(冷凍)……………	3g
くるみ……………	8g		

### ●作り方

- ①パンケーキは解凍しておく(解凍後は冷蔵庫で冷やしておくのが望ましい)。
- ②ホイップクリーム、クリームチーズ、緑茶、荒く砕いたくるみを混ぜ合わせて緑茶クリームを作って冷やしておく。
- ③トマトは湯むきし、一口大ほどの大きさに切った後、鍋で砂糖と合わせて火にかけてトマトジャムを作る(トマト2個で火にかけての場合、出来上がりまで約15分)。最後にレモン汁を加え軽く混ぜてから冷やす。
- ④パンケーキを切り(一枚を1/4に切ってその内2つを使用)片方に②、③、ラズベリーの順に重ねてのせて、もう片方に②を塗ってサンドイッチのようにはさむ。



[2回生] 佐藤毬里 佐々木花菜子 須谷早季



## ぶつぶつ大仏くん~東大寺からやってきた!~

奈良県と聞いて多くの人が思い浮かべるのが東大寺の大仏。そんな多くの人に愛される大仏を紅茶ゼリーの入った紅茶味のアイスでかわいらしく仕上げました。アーモンドで頭の螺髪を、奈良県の名産である三輪そうめんで後光を表しています。

エネルギー▶342kcal たんぱく質▶8.6g 脂質▶22.5g 食塩▶0.4g

### 材料 (1食分)

《紅茶ゼリー》		グラニュー糖……………	10g
湯……………	25ml	水あめ……………	10g
紅茶(アールグレイ)……………	1パック	生クリーム……………	37.5ml
グラニュー糖……………	2.5g	コーンスターチ……………	0.6g
アガール……………	2.5g	アーモンドダイス……………	3g
《紅茶アイス》		そうめん……………	1g(5本)
牛乳……………	50ml	揚げ油……………	適量
紅茶(アールグレイ)……………	1パック	チョコペン……………	適量
卵……………	30g(半個)		

### ●作り方

- ☆紅茶ゼリーを作る。
- ①アガールとグラニュー糖を混ぜておく。
  - ②鍋で紅茶を濃い目に出す。
  - ③紅茶に①を入れて溶かす。
  - ④容器にうつして冷やし固め、3mm角ぐらいに切る。
- ☆紅茶アイスを作る。
- ①鍋で牛乳を温め、濃い目のミルクティーを作る。
  - ②卵黄と半量のグラニュー糖をよく混ぜ、水あめとコーンスターチとともに①に合わせてとろみがつくまで火にかける。
  - ③卵白に残りのグラニュー糖を入れ泡立てる。
  - ④生クリームを泡立てる。
  - ⑤冷ました②と③、④を切るように混ぜ合わせる。
  - ⑥容器にうつし、ゼリーを混ぜ込んで冷蔵庫で固める。
- ☆盛り付け
- ①そうめんを短く折り、少量の油であげる。
  - ②アイスをカップにすくい入れチョコペンで顔を描く。
  - ③頭の部分にアーモンドをかけ、揚げたそうめんを刺す。



[2回生] 村田奈々 森川利帆 宮本遥



## 和(なごみ)幸せのフレンチトースト

お手軽な健康。アピールポイントは、フレンチトーストに牛乳と砂糖を使わず代わりに豆乳とはちみつを使用し、ヘルシーに作ったことです。味はいま流行りの抹茶がほんのり香るように抹茶を混ぜました。

エネルギー▶217kcal たんぱく質▶8.8g 脂質▶9.1g 食塩▶0.6g

### 材料 (1食分)

5枚切り食パン……………	1/2枚	グラノーラ……………	5g
卵……………	30g	バニラアイス……………	15g~30g
抹茶豆乳……………	30g	いちご……………	1粒
はちみつ……………	7.5g	抹茶粉……………	少々
バター……………	5g		

### ●作り方

- ①食パンは耳をおとし、8等分する。
- ②ボウルに卵を割り入れ、豆乳とはちみつを入れて混ぜる。
- ③食パンとパンの耳を浸す。
- ④フライパンにバターを溶かし、フレンチトーストを焼く。
- ⑤カップの底にグラノーラをしき、耳、パンの順に盛り付ける。
- ⑥バニラアイス、いちごをトッピングし抹茶粉をふりかける。出来上がり。



[2回生] 大坂このみ 岡田亜子 川本夏海 伊地知佳乃子



## さっぱりなめらが緑あざやかなほうれん草ムース

①地産地消・奈良県の特産品を使用  
②健康志向のスイーツ・野菜嫌いでも食べやすく  
③SAのカフェメニュー・量って混ぜて冷やすだけで、誰でも簡単に作ることができる・すぐに提供までの時間短縮

エネルギー▶103kcal たんぱく質▶5.4g 脂質▶2.8g 食塩▶0.1g

### 材料 (1食分)

ほうれん草……………	20g	粉ゼラチン……………	2.5g
牛乳……………	40g	ホイップクリーム……………	10g
ヨーグルト……………	40g	イチゴ……………	10g
砂糖(グラニュー糖)……………	10g		
バニラエッセンス……………	2~3滴		

### ●作り方

- ①ほうれん草をゆで、ざるにとり、流水で冷やしておく。
- ②牛乳に砂糖を溶かしておく。
- ③②とヨーグルト、バニラエッセンス、①をなめらかになるまでミキサーにかける。
- ④③をボウルに移す。
- ⑤湯でふやかしたゼラチンを④に加え、ヘラでよく混ぜる。
- ⑥⑤を容器に流し入れ、冷蔵庫で1~1時間半冷やす。
- ⑦⑥にホイップクリーム、イチゴをトッピングして、出来上がり。



[2回生] 品川愛



販売直前の10月6日、8日に  
分かれ創作した学生と教員が  
香芝SAに招かれ、  
試食しました。



# 近鉄SAフードコートメニュー 開発プロジェクト 第2弾



本企画は昨年度に続き2年目ですが、今年度は食品開発演習の準備科目と位置付け、2回生の食品開発コース学生を中心に行いました。そのため5月の勉強会では、学生たちによる情報収集、プレゼンテーションを行い、評価をいただく試みもしました。授業外での活動のため時間的制約も厳しい中、メニュー開発だけでなく情報収集にもそれぞれ創意工夫し、よい経験になったと思います。最後になりましたが、このような機会を下さいました(株)近鉄リレーリング様、審査下さった冬木副学長先生と小西学科長先生にお礼申し上げます。



畿央大学 健康科学部  
健康栄養学科  
教授 岩城 啓子  
助教 餅田 尚子




株式会社  
近鉄リレーリング  
香芝サービスエリア  
支配人  
山中 久次



 畿央大学  
KIO UNIVERSITY



 近鉄リテーリング