

2013

福原産

シヨウガを使ったレシピ開発プロジェクト



畿央大学 健康栄養学科の
学生たちが考えた

アイディア
ナニユ-



KIO 畿央大学
KIO UNIVERSITY

はじめに

橿原市には西暦 694 年に創都された藤原京、江戸時代の情緒を残す今井町、明治になり創建された橿原神宮など歴史的遺産とロマンの漂う多くの名所、旧跡があります。藤原旧跡周辺の発掘調査で発見された木簡の中に生姜を意味する「薑根」（はじかみね）と書かれたものが見つかりました。その近くには当時、典葉寮と呼ばれる国営の菓草園があったとされていて、生姜が太古から身近な存在であったことがわかっています。そこで最近橿原市においても生姜が生産されることになり、橿原商工会議所との連携事業で、今回「生姜」をテーマにして「橿原産のショウガを使ったレシピ開発」に取り組むことになりました。

畿央大学と橿原商工会議所との連携は 2009（平成 21）年『古代弁当製作プロジェクト』、2010 年『万葉人からの贈り物プロジェクト』、2011 年『橿原おみやげもの開発プロジェクト』、2012 年『かしはらスイーツレシピ開発プロジェクト』に続くもので、畿央大学の学生たちの創作物を商品化し橿原市の商業活性化に貢献することをめざしています。

もくじ

ごあいさつ	3
恋するガーリーフロマージュ／Yakionigiri でしょうが	4
よくばり和スイーツ／まったり午後の和スイーツ	5
ピリ辛生姜みそ／もちっと生姜団子～生姜の香りをのせて～	6
生姜ようかん／ほっとしょうが	7
大和三山恋むすび／ジンジャーアイス～醤油味の生姜糖添え～	8
生姜の佃煮／生姜佃煮の田舎巻き／生姜にくまん	9
体ぽかぽかタルト／くちなしの詠	10
あまの香久山／湯 Bouno!	11
たるじゃー／フリンジャー	12
大和のヤキモチ／勉強会・見学会	13
商品化が決定した 7 作品	14

ごあいさつ

榊原商工会議所様との連携事業も今年で5年目を迎えました。この間、多くの学生が参加し、たくさんの感動を与えてくれました。今年度は40人が参加し、20作品を考案していただきましたが、いずれも心のこもった完成度の高い作品ばかりです。この事業では完成度だけではなく、その作品を作り出すに到ったプロセスも大切にしているのです。学生達がこの事業を通して得た経験はきっとこれからの人生に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頂きました関係の方々にお礼申し上げます。

畿央大学 健康栄養学科長
北田 善三



榊原市商工会議所との商品開発プロジェクトは、榊原市の文化や産物の勉強をして、さらにプロの方達から技術を教えていただきながら、自分たちのイメージをふくらませていく過程があって、初めてアイデアが現実のものとなります。さらに業者の方との検討会を経て商品化されます。授業外の時間を作ってこのプロジェクトに取り組む学生たちのチャレンジ精神は、将来の夢に向かって大きく羽ばたく原動力になると思います。こういう機会をいただいた榊原市商工会議所の方々に感謝しています。

畿央大学 健康栄養学科
教授 浅野 恭代



今回のプロジェクトを通して、新しいもの作りの難しさや創造力の無限さを実感し、またこれらはたくさんの方の協力によって完成するものだということを改めて実感しました。様々な企画を計画してくださった榊原商工会議所の皆様、貴重な講演をして下さった大掛先生、上田先生、たくさんの助言を下された松田先生、ご尽力いただいた関係者の皆様のおかげで、多くの素晴らしい作品が誕生したこと、厚く御礼申し上げます。これからの学生の活躍を期待しています。

畿央大学 健康栄養学科
金 一玲



畿央大学さんとの連携事業も、今年で5回を迎え、「榊原市」も本格的に参入していただき、本当の意味での産官学連携事業となりました。そこに農商工連携も加わり、テーマ食材が「生姜」、なおかつコンテスト形式ではなく、地元企業さんとのマッチングを目指すという難しいものになりました。しかし、学生さん達が、短い期間の中で「熱く」取り組んでいただき、7つの新商品がデビューしました。本当にありがとうございます。学生さん達は、今回の事業での「熱い思い」を今後の学生生活、社会人になっても持ち続けてください。

榊原商工会議所 i チャレンジ特別委員会
委員長 岡橋 守幸



学生のフレッシュ感あふれるパワーを実感したプロジェクトでした。出来上がった作品はどれも素晴らしいものばかりでした。皆様の努力が手に取るようにわかりました。このプロジェクトを通して、悩んだ事、笑った事、泣いた事は掛け替えのないものです。この素晴らしい経験を活かして、社会で活躍される事を期待しております。私自身、このような素晴らしいプロジェクトに携われた事を心より感謝しております。

フードコーディネーター
松田 弘子



恋するガーリーフロマージュ



女性の好きなスイーツといえばチーズケーキ！そのチーズケーキに生姜を入れ、斬新な一品を作り上げました。見た目は普通のチーズケーキですが、食べてみると甘いチーズケーキから漂う、生姜の風味そして独特の食感を楽しめます。アクセントとして甘いりんごとさくさくのクッキーでさらに女性の心をわしづかみ!!!



3回生

藤岡、森口、藤井、山下、安原

材料 (18cm タルト型 1個分)

クリームチーズ	200g	《りんご煮》	
砂糖	40g	りんご	200g
レモン汁	2 滴程度	砂糖	30g
生姜	30g		

《クッキーの生地》

クッキー	90g
無塩バター	60g

《1人分エネルギー (1/8切) 313kcal》

作り方

- ①クッキーを袋に入れて碎き、バターを入れてよく混ぜる。
- ②タルト型に①を敷き詰め冷蔵庫で冷やし固める。
- ③りんご煮を作る。りんごを薄いいちょう切りにし鍋に移して、砂糖を加え水分がなくなるまで中火で煮る。
- ④生姜の皮をむいてみじん切りにする。
- ⑤クリームチーズをなめらかになるまでよく練る。
- ⑥砂糖・卵黄・レモン汁・生姜の順に加えよく混ぜる。※材料1つを加えるごとに

- ⑦ 1回1回よく混ぜる。
- ⑦型を冷蔵庫から出し、りんご煮をクッキー生地の上にまんべんなく広げる。
- ⑧⑥を⑦に流し入れ、形を整える。
- ⑨180℃のオーブンで30分焼く。
- ⑩十分に冷蔵庫で寝かせて完成。

ポイント

※⑩をしっかりと寝かすとしっとり仕上がります。

Yakionigiri でしょうが



居酒屋に出てきそうな一品！しめにもばっちり！生姜に合うご飯もの！かテーマです。
生姜のさっぱりとした香りと、味噌とごま油の香ばしい香りが口いっぱいに広がります。
ねぎだけでなく、ごぼうや、にんじん、油揚げ、ミンチなど様々な具材に変えても楽しめます。生姜と相性のいいあなた好みの焼きおにぎりにアレンジしてください。



3回生

中西(沙)、橋崎

材料 (5個分)

ご飯	250g	☆濃口しょうゆ	適量
★ねぎ	20g	☆生姜汁	
★生姜	10g		適量
★淡色辛味噌	20g		
★砂糖	2.5g	ごま油 (焼く用)	適量
★みりん風調味料	2.0g	焼き海苔	10枚
★黒ゴマ	少々		

《1個分エネルギー 120kcal》

作り方

- ①ご飯は炊いておく。
- ②ねぎは小口切り、生姜はみじん切りにする。
- ③ご飯に★の材料を加え、混ぜる。
- ④おにぎりにする。
- ⑤☆を合わせて、おにぎりに、はけでぬる。
- ⑥ごま油をしいたフライパンでこんがり焼いて、焼きおにぎりにする。
- ⑦のりを巻いて完成。

よくばり和スイーツ

「1度で3度おいしいスイーツ」がテーマです。

ほうじ茶プリンにみたらし団子に生姜糖ホイップと、欲張りさんにも満足していただけるスイーツにしました。

生姜はほのかに香るみたらし団子にも生地とたれにも使用しています。生姜をふんだんに使用していますが、お子様にも食べやすい味に仕上げ、そこにほうじ茶プリンを合わせてみるという大胆さに挑戦。見た目にもこだわり、見る人の興味を引くものを考えました。さらにシナモンの生姜糖ホイップを組み合わせて、お口の中のサーカスを楽しんでください。

ほうじ茶に合うおいしいスイーツです。

出品者：中西(沙)、橋崎



材料 (5個分)

《ほうじ茶プリン》

ほうじ茶パウダー	25g
豆乳	625g
生クリーム	125g
粉ゼラチン	12.5g
砂糖	38g

《生姜糖》

生姜	10g
砂糖	10g
シナモンシュガー	適量
(ホイップ用)	
生クリーム	適量

《みたらし団子》

白玉粉	120g
ぬるま湯	120g
生姜汁	8g
☆濃口しょうゆ	25g
☆みりん風調味料	25g
☆砂糖	50g
☆片栗粉	10g
☆水	10g

《1人分エネルギー 349kcal》

作り方

《ほうじ茶プリン》

- 鍋に豆乳と生クリーム、ほうじ茶パウダー、砂糖を入れ、沸騰しないくらい(80℃)に温める。
- 粉ゼラチンを振りいれ、しっかり溶かす。茶こしてこしながら容器に入れる。冷蔵庫で冷やし、固める。

《みたらし団子》

- 白玉粉、生姜汁にぬるま湯を少しずつ加え耳たぶくらいの柔らかさに混ぜる。
- たっぷりの湯で茹でる。浮いてきてから1〜2分でざるにあげる。
- 冷水にとる。
- ☆の材料を小さい鍋で加熱してたれを作る。とろみは様子を見て、水溶性片栗粉を加える。

《生姜糖》

- 生姜をよく洗い、2mmの薄切りにして、30分ほど浸ける。(短縮可)

- 生姜がかぶるくらいの水につけ、火にかけて3回茹でこぼす。
- 茹でこぼした生姜と砂糖、シナモンシュガーを鍋にいれ、ひたひたより少し少ない水を入れ、中火で煮る。とろみがついてきたら、木べらで混ぜる。
- 水気がほとんどなくなったら、濡れ布巾の上に鍋を置き、そのまま木べらで混ぜて結晶化させる。
- そのまましばらく混ぜてカリッとしたら熱いうちにクッキングシートに広げて冷ます。
- こまかく刻んで、ホイップクリームと混ぜ合わせる。
- ほうじ茶プリンの上に生姜糖ホイップクリームをのせ生姜糖を飾り完成。

まったり午後の和スイーツ

大人の女性に向けて、日本茶にも合うスイーツがテーマです。奈良のまったりとした午後のティータイムにあうように、ほうじ茶のほのかな香りと甘味に、シナモンの生姜糖ホイップを組み合わせ、上品なイメージに仕上げました。

ホイップクリームに混ぜ込んだ生姜糖の食感を楽しんでください。

出品者：中西(沙)、橋崎



材料 (5個分)

《ほうじ茶プリン》

ほうじ茶パウダー	25g
豆乳	625g
生クリーム	125g
粉ゼラチン	12.5g
砂糖	38g

《生姜糖》

生姜	10g
砂糖	10g
シナモンシュガー	適量
(ホイップ用)	
生クリーム	適量

《1人分エネルギー 200kcal》

作り方

《ほうじ茶プリン》

- 鍋に豆乳と生クリーム、ほうじ茶パウダー、砂糖を入れ、沸騰しないくらい(80℃)に温める。
- 粉ゼラチンを振りいれ、しっかり溶かす。茶こしてこしながら容器に入れる。冷蔵庫で冷やし、固める。

《生姜糖》

- 生姜をよく洗い、2mmの薄切りにして、30分ほど浸ける。(短縮可)
- 生姜がかぶるくらいの水につけ、火にかけて3回茹でこぼす。
- 茹でこぼした生姜と砂糖、シナモンシュ

- 水を鍋にいれ、ひたひたより少し少ない水を入れ、中火で煮る。とろみがついてきたら、木べらで混ぜる。
- 水気がほとんどなくなったら、濡れ布巾の上に鍋を置き、そのまま木べらで混ぜて結晶化させる。
- そのまましばらく混ぜてカリッとしたら熱いうちにクッキングシートに広げて冷ます。
- こまかく刻んで、ホイップクリームと混ぜ合わせる。
- ほうじ茶プリンの上に生姜糖ホイップクリームをのせ生姜糖を飾り完成。

ピリ辛生姜みそ



様々な効能の持つ生姜を毎日の食事に手軽に取り入れることができないかと思い、肉みそならぬ、生姜味噌を作りました。生姜のピリツとした辛味もあり、クセになる味付けです。

おにぎりにしたり、卵焼きの中に入れてたりと使い方様々で便利だと思います。

子供からお年寄りまで幅広い年代の方々に食べていただけたらと思います。



3回生

中村、福井、萩原、樋口

材料 (5人分)

生姜	60g	★酒	大さじ 2
白ねぎ	1本	★みりん	大さじ 2
にんにく	1かけ	★赤みそ	大さじ 1・1/2
豚ミンチ	150g	★黒糖	大さじ 1・1/2
ごま油	大さじ 1	塩昆布	30g

《エネルギー 742kcal》

作り方

- ① ★の調味料を合わせておく。
- ② 生姜、白ねぎ、にんにくをみじん切りにする。
- ③ 熱したフライパンにごま油をひき、②がしんなりするまで炒める。
- ④ ③に豚ミンチを加え、火が通るまで炒める。
- ⑤ ④に①を加え全体に味がなじめば、火を止める。
- ⑥ 最後に塩昆布を加え、全体に混ぜれば完成。

もちっと生姜団子~生姜の香りをのせて~

生姜嫌いの方でも食べられるよう、餡に味噌を加え、生姜特有の辛みを極力抑えつつ風味を残しました。

トッピングにゆずの皮のすりおろしをのせることで見た目も美しく仕上げました。



出品者：中村、福井、萩原、樋口

材料 (10本分)

《団子》		《味噌あん》	
白玉粉	120g	★白あん	200g
絹ごし豆腐	140g	★白みそ	30g
		★生姜汁	5g
		ゆず(皮)	少々

《2本分エネルギー 81kcal》

作り方

- ① 白玉粉に絹ごし豆腐を加えよく混ぜ合わせる。耳たぶくらいの固さになるよう豆腐の量を調整する。
- ② ①を一口大に丸めて団子状にする。
- ③ ②を沸騰したお湯に入れゆでる。
- ④ 団子が浮かんでから2分程度ゆでればザルにあげて、冷水で冷やし水気を切っておく。
- ⑤ ★を鍋に入れて加熱し混ぜれば火を止め粗熱を取る。
- ⑥ ④の団子を串にさし⑤のあんを団子の上にのせる。
- ⑦ 最後に⑥の上にすりおろしたゆずの皮を散らせば完成。

生姜ようかん

意外性のある商品をめざして、生姜ジャムをようかんの中に入れてという珍しい組み合わせに挑戦してみました。

生姜と相性の良いりんごと一緒に用いてジャムにすることで生姜の風味を残しながらも食べやすく仕上げました。

出品者：中村、福井、萩原、樋口



材料 (5個分)

《ようかん下層》

粉寒天	2g
水	300g
こしあん(黒)	200g
塩	少々

《ようかん上層》

粉寒天	1g
水	150g
白あん	150g
★りんご	1/2個
★生姜	15g
★砂糖	小さじ2

《1人分エネルギー 127kcal》

作り方

- ★の材料を用いて生姜ジャムを作る。
 - りんごは皮をむき、細かく切る。
 - 鍋にりんごと砂糖入れて数分おいておく。
 - リングから水分が出てきたら火にかける。
 - 3がジャム状になったら、生姜汁を加えて少し煮詰めると生姜ジャムの完成。
- ようかん下層を作る
 - 水に粉寒天を加え火にかける。
 - 1が沸騰してから約2分後こしあん(黒)を加えよく混ぜる。
 - お好みで塩を少し加えたら火を止め粗熱を取る。

- 4、3をカップに流し込み、冷やし固める。
 - ※上層を加える前に完璧に冷やし固めないように
- ③ようかん上層を作る。
 - 1、水に粉寒天を加え火にかける。
 - 1が沸騰してから約2分後白あんを加えよく混ぜる。
 - ①を加え混ぜ合わせる。
 - ようかん下層が完全に固まる前に3を②の上流し込み、冷やし固める。

ほっとしょうが



一口食べると生姜の風味が広がり、また生姜のシャキシャキとした食感がアクセントとなっているパウンドケーキです。ほっと一息つきたいときに、いろいろな飲み物と一緒に楽しんでもらえるお菓子をテーマにしました。

プレーンをベースに洋風の紅茶入りと、和風の甘酒と甘納豆入りを作りました。



3回生

栗林、青木、大浦

材料 (各種類 18cm パウンドケーキ型 1個分)

《プレーン》

薄力粉	120g	紅茶	2パック
ベーキングパウダー	1.5g	生姜	120g
バター	100g	砂糖	80g
砂糖	120g	水	150g

《甘酒》

卵	150g	薄力粉	120g
牛乳	7g	ベーキングパウダー	1.5g
生姜	120g	バター	100g
砂糖	80g	砂糖	120g
水	150g	卵	150g

《紅茶》

薄力粉	120g	甘酒(塗る用)	50g
ベーキングパウダー	1.5g	甘納豆	30g
バター	100g	生姜	120g
砂糖	120g	砂糖	80g
卵	150g	水	150g

《1個分(1/12切れ) エネルギー 196kcal》

作り方

《プレーン》

- 生姜の甘酒を作る。生姜の皮をむき、5mm角くらいのみじん切りにし、砂糖と共に鍋に入れて約10分おく。
- 浸透圧で生姜から水分が出てきたら、水を加えて、水分が蒸発するまで加熱する。出来上がったら、別の容器に移し粗熱を取る。
- 卵を卵白と卵黄に分ける。
- 常温にもどして柔らかくなったバターを泡立て器でよく混ぜる。クリーム状になったら、砂糖を2/3加えてなめらかになるようよく混ぜる。その後、卵黄を1個ずつ入れてよく混ぜる。
- 卵白を泡立てる。残りの砂糖1/3を2回に分けて加え、光沢が出て角が立つまでよく混ぜる。
- ④に⑤を加えて、卵白の泡を潰さないように混ぜる。
- 薄力粉とベーキングパウダーを2回に分けてふるいながら加え、混ぜすぎない程度にさっくりと混ぜる。

- 牛乳と生姜の甘酒を加えてさっくりと混ぜる。
- 150°Cに熱したオープンに入れて、5分くらい焼き、その後120°Cで50分焼き、最後に180°Cで3分焼く。

《紅茶》

- ※1つのティーバックを水50mlで抽出して、抽出液を10g量っておく。もう1パックは茶葉を取り出す。プレーンの作り方①～⑦までは同じ
- 紅茶抽出液10gと茶葉と生姜の甘酒を加えてさっくり混ぜる。
 - プレーンと同様に焼く。

《甘酒》

- プレーンの作り方①～⑦までは同じ
- 甘酒と生姜の甘酒と甘納豆を加えてさっくり混ぜる。
 - プレーンと同様に焼く。
 - 焼きあがったケーキの表面に刷毛で甘酒を塗る。

大和三山恋むすび



肉や、高菜、玉子などを使っているので、さまざまな味が楽しめます。これだけでも十分なボリュームがあり、男性の方でも満腹になっていただけると思います。



3回生

中西(明)、中西(郁)、西山、茶原、中西(麻)、中森

材料 (5人分)

生姜の佃煮	300g	★濃口醤油	3g
ご飯	2700g	★みりん	8g
じゃこ	25g	★酒	2g
高菜の漬物	5枚	★砂糖	1g
稲荷寿司用のあげ	5個分	紫蘇	10枚
豚コース	200g	卵	2個
★生姜のすりおろし	3g		

《1個分エネルギー》

じゃこおにぎり 180kcal、高菜おにぎり 173kcal、
稲荷寿司 142kcal、肉巻きおにぎり 235kcal、
玉子おにぎり 203kcal、紫蘇おにぎり 170kcal

作り方

- ① ご飯を炊く。
- ② 生姜の佃煮を細かく刻み、ご飯に混ぜ、450gのご飯はじゃこも混ぜて、おにぎりを30個作る。
- ③ おにぎりを高菜の漬物で巻く。(5個)
- ④ おにぎりを稲荷寿司用のあげで包む。(5個)
- ⑤ おにぎりを肉で巻き、巻き終わりを下にして焼き、★の調味料を何回かに分けて塗って、照りをつける。(5個)
- ⑥ 薄焼き玉子を作り、おにぎりに巻く。(5個)
- ⑦ 紫蘇を洗って、おにぎりに巻く(5個)

ジンジャーアイス～醤油味の生姜糖添え～

生姜の風味を活かしたアイスと生姜糖との相性がとても良いです。
暑い季節にぴったりです。



出品者：中西(明)、中西(郁)、西山、茶原、中西(麻)、中森

材料 (5個分)

《生姜アイス》		《醤油の生姜糖》	
卵	3個	生姜	100g
生クリーム	200cc	砂糖	100g
砂糖	70g	醤油	小さじ1杯
生姜汁	大さじ3.5杯		

《1人分エネルギー》 423kcal

作り方

- ① 生姜アイスを作る。生姜をおろして絞り、大さじ3.5杯の絞り汁を作る。
- ② ボールに卵・生クリーム・砂糖・生姜の絞り汁を入れ、泡立て器でよく混ぜる。
- ③ ②をバットに入れて冷凍庫で冷やし固める。
- ④ 生姜糖を作る。生姜はよく洗い、皮を剥き、繊維を断つように2mmの薄切りにし、水に10分さらす。
- ⑤ ④をざるにあげ、水気を切り、鍋に生姜とかぶるくらいの水を入れ沸騰させて茹でこぼす。
- ⑥ 茹でこぼした生姜と砂糖と醤油を入れ、ひたひたよりも少な目の水を入れて中火で煮る。しばらくしてとろみがついてきたら、木べらなどで混ぜながらさらに煮る。
- ⑦ 水気がほとんどなくなってきたら、濡れ布巾の上に鍋を置き、そのまま木べらで混ぜて結晶化させる。
- ⑧ そのまましばらく混ぜてカリッとしたら熱いうちにクッキングシートに広げて冷ます。
- ⑨ ⑧を包丁で細かく刻む。
- ⑩ アイスが固まったら、器に取り出し、⑨をトッピングして完成!

生姜の佃煮

生姜特有の辛味や風味を活かした佃煮に仕上げました。
毎日の食事で食べていただくと嬉しいです。

出品者：中西(明)、中西(郁)、西山、茶原、中西(麻)、中森



材料 (5人分)

★生姜	125g	《アレンジ》	
★濃口醤油	35g	鰹節	10g
★砂糖	35g	ごま	5g
★酒	20g	こんぶ	15g
★みりん	30g	《1人分エネルギー》	

作り方

- ① 生姜を厚めの千切りにし、鍋に★を入れ水気がなくなるまで中火で煮詰めて完成！
- ☆お好みで鰹節やごま、刻み昆布などを煮る際に入れていただいても、おいしいと思います。

《1人分エネルギー ノーマル 58kcal、鰹節 65kcal、ごま 64kcal、昆布 62kcal》

生姜佃煮の田舎巻き

彩り良く、誰にでも親しみを持ってもらえるような家庭の味に仕上げました。

出品者：中西(明)、中西(郁)、西山、茶原、中西(麻)、中森



材料 (5人分)

《酢飯》		★みりん	30g
米	2.5合	《卵焼き》	
酢	60g	卵	3個
砂糖	30g	砂糖	15g
《生姜の佃煮》			
★生姜	125g	にんじん	80g
★濃口醤油	35g	きゅうり	35g
★砂糖	35g	生姜の佃煮	35g
★酒	20g	すしのり	5枚

作り方

- ① 酢飯を作る。酢と砂糖を鍋で煮て、炊き上がったご飯に入れて混ぜて冷ましておく。
- ② 生姜を厚めの千切りにし、★を鍋煮入れ、水気がなくなるまで煮て冷ましておく。
- ③ 卵に砂糖を加え、巻き寿司用の厚焼き玉子を作り、細く切っておく。
- ④ にんじんは千切りにして塩水で茹でて、水気を切って冷ましておく。きゅうりはスティック状に切る。
- ⑤ 巻き簾の上に巻きすしのりを置き、ご飯を薄くしく。その上に生姜の佃煮、卵焼き、きゅうり、にんじんをのせて巻く。

《1人分エネルギー 243kcal》

生姜にくまん

おやつ感覚で小さなお子様にも食べていただけるように作りました。とても簡単で、おいしく作れます。

出品者：中西(明)、中西(郁)、西山、茶原、中西(麻)、中森



材料 (8個分)

★薄力粉	150g	★塩	少々
★ベキングパウダー	10g		
★牛乳	80g	生姜の佃煮	お好みで
★砂糖	18g	合いびき肉	80g
★サラダ油	15g		

作り方

- ① ★をすべて混ぜ、10分寝かす。
- ② 生地を分けて生姜の佃煮と肉を包む。
- ③ 蒸し器で15分蒸す。

《1個分エネルギー 173kcal》

体ぽかぽかタルト



冷え性に悩む30代OLをターゲットに考えました。

生姜の強い辛味成分が苦手という女性でも食べられるように生姜を繊維に沿って切り、辛味成分は抑えつつ、生姜が持つ体を温かくする効果は残しておくという工夫をしました。

りんごは生姜との相性がよく他の果物と比べても旬の期間が長いので手軽に食べられるということで選びました。

また、仕事帰りに疲れていても簡単に片手で食べられるように小さいサイズのタルトにしました。



2回生

西川、西尾、塩谷

材料 (5個分)

《生地》	《ダイヤモンド》	
無塩バター	無塩バター	60g
グラニュー糖	グラニュー糖	28g
はちみつ	卵	60g
卵	アーモンド	60g
薄力粉		
生姜		
生姜汁		

《生姜りんごジャム》	
生姜	72g
りんご	200g
砂糖	80g
はちみつ	10g

《1個分エネルギー 468kcal》

作り方

- ① バターをボールに入れてクリーム状にし、グラニュー糖とはちみつを加えて混ぜる。なめらかになったら溶き卵を加えて混ぜ、みじん切りにした生姜と生姜汁を加えて混ぜ、ふるった薄力粉を加えて、粉けがなくなるまで混ぜる。
- ② 生地をまとめてラップに包み、冷蔵庫で30分休ませる。
- ③ 生地をラップにはさみ、めん棒で3mm厚さにのばす。
- ④ 片面のラップをはがし、生地の面とタルト型を合わせ、型をきっちり合わせて敷き込む。ラップの上からめん棒を転がして、周囲の生地を切り落とし、ラップをはがしてフォークで全体に穴をあける。
- ⑤ オープンシートを型よりひと回り大きく切り、立ち上がりの部分を切り込みを入れる。④にのせて、重し的小豆を高さいっぱい入れる。
- ⑥ 180℃のオーブンで約20分、周囲が薄く色づくまで空焼きして、重しをはずす。
- ⑦ 生姜りんごジャムを作る。生姜は斜生にし、水に浸し、2回煮こぼす。りんごは縦に八等分にし、2~3mm厚さに切る。
- ⑧ 鍋にりんごごと砂糖半分を入れ、りんごが少し柔らかくなるまで煮たら、斜生姜と残りの砂糖を加え、水分がなくなるまで煮たら、はちみつを加えて混ぜる。(焦がさないように注意)
- ⑨ ダイヤモンドを作る。バターをボールに入れてクリーム状にし、グラニュー糖を加えて混ぜ溶き卵を加えて混ぜる。ふるったアーモンドパウダーを加えて混ぜる。
- ⑩ ⑥に⑨を広げて平らにし⑧を並べる。
- ⑪ 180℃のオーブンで45分~1時間焼く。途中、表面が焦げてきたら、中央に穴を開けたアルミホイルをかぶせて中まで火を通す。

くちなしの詠



白餡に生姜を練りこみ、求肥にも生姜シロップを入れました。ピンク色の大福はイチゴの畝傍山、黄色の大福はみかんの耳成山、白の大福はりんごの香久山を表現しています。万葉集に畝傍山をめぐる香久山と耳成山の恋争いの歌がかかれています。大福に榎原市の花、くちなしの花を表した印をつけ、名前には花言葉になぞらえ、胸に秘めた愛の詩歌として、大和三山の恋模様を表しています。



2回生

奥田、佐野、田中(亜)、春藤

材料 (3種類×5個分)

白玉粉	300g	いちご(フスルビ-)	5個
葛粉	30g	みかん(缶)	60g
水	210g		
白餡	390g	《りんごのコンポート》	
生姜シロップ	90g	りんご	60g
		砂糖	10g
		レモン汁	30g
《生姜のシロップ漬》	70g	水	200g
生姜	90g		
はちみつ	45g		
砂糖	150g	食用色素(赤・黄)	少量
水	360g	片栗粉	適量

《1個分エネルギー 164kcal》

作り方

- ① 生姜のシロップ漬を作る。生姜の皮をむき、繊維に垂直に3mmくらいの薄切りにし、水に2~3時間つけておく。つけ終わったら生姜を4~5回ゆいでこぼし、材料をすべて混ぜ、一晩置く。
- ② りんごのコンポートを作る。りんごの皮をむき、八つ切りにしたものを3等分にする。鍋にりんごごと砂糖、レモン汁10gをいれ火にかける。りんごが透き通ったら火を止め、残りのレモン汁を加えて一晩置く。
- ③ 求肥を作る。白玉粉、葛粉、水、①の生姜を取り出した生姜シロップ、を3つに分け入れ、ひとつには赤い食用色素、もうひとつには黄色の食用色素をいれ、火にかける。きべらでかきま

ぜながら、弱火~中火にかける。耳たぶくらいの固さになったら火を止め、冷ます。

- ④ 餡を作る。①の取り出した生姜を、よく水分をきってフードプロセッサーにかける。細くなった生姜を白餡に混ぜる。
- ⑤ 果物(約12g)をそれぞれ④の餡30gで包み、さらに③の求肥35g(赤はイチゴ、黄色はみかん、白はりんご)でつつんだら、片栗粉をまぶし、余分な粉をはらう。
- ⑥ くちなしの花を模した焼印を熱し、大福につける。

あまの香久山



天の香久山をモチーフとしています。
「春過ぎて 夏来にけらし 白妙の
衣ほすてふ 天の香久山」

持統天皇が詠んだ、有名な歌を、山の緑を抹茶、白妙の衣を粉砂糖で表現しました。

また、甘酒を使用していることにちなんで、「あまの香久山」と名づけました。



1回生

北條、篠田、堀内、原田

材料 (5個分)

《生地》	《あんこ》	
卵	こしあん	200g
サラダ油	生姜	35g
重曹		
みりん		
薄力粉	サラダ油	フライパンにひく分
甘酒	抹茶	少々
抹茶	粉砂糖	少々
生姜	生クリーム	適量

《1個分エネルギー 317kcal》

作り方

《生地》

- ① 小麦粉と、重曹、抹茶を合わせてふるっておく。
- ② ボールに卵を溶き、砂糖→サラダ油→みりんの順に加えていく。材料を加える度にしっかり混ぜ合わせる。
- ③ ①を半分ふるい入れ、だまがなくなるまでしっかり混ぜ合わせる。だまが無くなった後残りの半分も加える。
- ④ 生地のかたさを見ながら、甘酒を加える。
- ⑤ ラップし、冷蔵庫で15分くらいねかせる。
- ⑥ 中火でフライパンをしっかりと熱する。フライパンを火からおろし、フライパンが冷めたら再び火に戻す。

サラダ油をキッチンペーパーで塗る。
おたま3分の2くらいの生地を、フライパンに丸く流し入れ、すぐにフタをする。
弱火で焼き、表面にふつふつと穴が開いてきたら、裏返す。

《あんこ》

- ① 辛味をぬいた生姜を千切りにする。
- ② ①とこしあんを混ぜ合わせる。生地にあんこをはさま、粉砂糖をふりかける。
抹茶と生クリームをお好みで添える。

湯Bouno!

普段馴染みのない「湯葉」を食べていただきたいと思い作ったものです。

湯葉のバリバリとした食感としっかり味のついた生姜をお楽しみください。

出品者：北條、篠田、堀内、原田



材料 (5個分)

平湯葉	30g	※鶏もも挽肉	90g
		※砂糖	3g
※みりん	12g		
※濃口醤油	12g		
※酒	200g		
※生姜	30g		

《1人分 (5個) エネルギー 117kcal》

作り方

- ① 生姜の辛味を抜く。
- ② ※をすべて鍋に入れ、汁気がなくなるまで煮る。
- ③ 煮ている間に、50℃に温めた湯で平湯葉をもどす。
- ④ もどした湯葉で②を包み、180℃に予熱したオーブンで5分焼く。

たるじゃー



大和茶を入れたタルト生地に、生姜を混ぜ込んだカスタードとムースで2層仕立てにしアクセントに生姜糖のをせました。

生姜の辛さが苦手な若い人のために、辛さを抜いて風味を残し、食べやすいように作りました。

名前の由来は、生姜をふんだんに使っているのでジンジャーとタルトを合わせてみました。



1年生

上嶋、岡田、足立、岸田

材料 (プレーン、大和茶各5個ずつ分)

《タルト生地》

薄力粉 250g
グラニュー糖 40g
塩※ 少々
大和茶※ 14g
無塩バター 120g
冷水 28g

《生姜ミルクムース》

牛乳 150cc
生姜 少々
はちみつ 大さじ1
水 50cc
パナラエッセンス 少々
砂糖 大さじ1強
アガー 小さじ1

《生姜カスタード》

牛乳 300cc
薄力粉※ 15g
グラニュー糖※ 40g
卵黄※ 2こ
生姜※ 大さじ1
生クリーム※ 大さじ1

《生姜糖》

生姜 200g
砂糖 200g

《1個分エネルギー 426kcal》

作り方

- ①タルト生地を作る。大きいボールにふるった薄力粉とグラニュー糖を混ぜ、小さく切ったバターをさらさらになるまで混ぜ、二分等に片方には大和茶を加える。冷水を入れて丸め、ラップして1時間冷やす。
- ②生姜糖を作る。生姜をよく洗い、2mmの薄切りにし30分以上水にさらして水気を切り、かぶるぐらいの水を鍋に入れて沸騰させ2～3回茹でこぼす。
- ③茹でこぼした生姜と砂糖を鍋に入れ、少なめの水を入れて中火～強火で煮る。とろみがついてきたら木べらなどで混ぜながらさらさらにする。水気がほとんどなくなったら、濡れぶきんの上に鍋を置き、木べらで混ぜて結晶化させ、熱いうちにクッキングシートに広げて冷ます。
- ④カスタードを作る。※を入れて混ぜる。電子レンジ600Wで5分30秒温め、途中4～5回ほど様子を見ながら混ぜる。(できあがったカスタードはラップをびっちりつけておく)
- ⑤ムースを作る。小鍋に水を入れ、混ぜておいた砂糖とアガーをダマにならないように少しずつ混ぜる。鍋を火にかけて、混ぜながら煮溶かす。沸騰してから1～2分加熱する。鍋を火から下ろし、温めた牛乳を混ぜながら加え、パナラエッセンスを加えてミルクフォーマーで泡立てる。
- ⑥①の生地を180℃のオーブンでアルミホイル敷き、その上に重しをのせて10分、重しをはずして10～15分焼き、冷ましておく。④、⑤、生姜糖をのせて完成!

フリンジャー



生姜のシャキシャキな食感と香りを残しつつ、牛乳の代わりに豆乳を用いた一口サイズのドーナツです。

お好みのフレーバーパウダーをフリフリして召し上がれ♪

学校帰りの学生にもってこい手軽に食べれる生姜スイーツです。



1年生

西村、福本(有)、山内

材料 (3～4人分)

生姜(微塵切り用) 80g
生姜(絞り汁用) 30g
薄力粉 170g
ベーキングパウダー 5g
卵 1個
砂糖 40g
豆乳 45g
バター 15g

《フレーバーパウダー》

アーモンドパウダー
大和茶パウダー
ココナッツパウダー
シナモンパウダー

作り方

- ①微塵切り用生姜をみじんぎりにし、湯通ししておく。残りの生姜をすりおろし、絞り汁をとっておく。
- ②薄力粉・ベーキングパウダー・塩をふるい合わせておく。
- ③ボールに卵と砂糖を入れ、泡立て器でよく混ぜ合わせる。
- ④③に電子レンジで加熱して溶かしたバターと豆乳を入れ混ぜ合わせる。
- ⑤①で用意しておいた生姜を入れ、混ぜる。
- ⑥⑤にふるいあわせておいた②を入れ、ゴムベラで粉っぽさがなくなるまで混ぜる。
- ⑦スプーンを2つ使って生地を丸め、180℃の油で両面きつね色になるまで揚げるとできあがり! お好みのフレーバーパウダーをトッピング。

《1人分エネルギー 256kcal》

大和のヤキモチ



橿原市の代表とも言える大和三山をイメージしてじゃがいものおやきを作りました。大和三山には男山である耳成山と香久山が女山である畷傍山を奪い合ったというエピソードがあります。そこで、一番のおやきを畷傍山に見立て、女の子に人気のツナマヨコーン味にし、両端のおやきが香久山、耳成山で男らしい味噌味、カレー味にしました。ポイントは畷傍山に描かれた橿原市章です。橿原市で生産されているアスパラを粉末にして描きました。



森田、森安、福本(明)

材料 (各種類 5個分)

《いももち》

じゃがいも 10個
片栗粉 800g
塩コショウ 少々
牛乳 200cc
油 少々
アスパラ 少々

《肉味噌》

味噌 40g
砂糖 40g
あいびぎミンチ 55g
玉ねぎ 1/4個
生姜 15g

《ツナマヨコーン》 253kcal

ツナ缶 1缶
コーン缶 1缶
マヨネーズ 大さじ3
醤油 35g
生姜 15g

《カレー》 244kcal

カレー粉 大さじ1
ケチャップ 大さじ3
あいびぎミンチ 65g
玉ねぎ 1/4個
生姜 15g

《1人分(3個)エネルギー 約250kcal》

作り方

- ① じゃがいもは皮をむいて適当な大きさに切り茹でる。
- ② 茹であがったら、なめらかになるまでつぶし、片栗粉・牛乳を加えてまとまるまで混ぜる。
- ③ 肉味噌を作る。生姜と玉ねぎをみじん切りにする。玉ねぎをしんなりするまで炒めて一度とりだしておき、あいびぎミンチを炒め、色が変わってきたら生姜と炒めた玉ねぎを加え、砂糖・味噌の順に加えて炒める。
- ④ ツナマヨコーンを作る。ツナ、コーン、みじん切りにした生姜、マヨネーズを和える。
- ⑤ カレーを作る。生姜と玉ねぎをみじん切りにする。玉ねぎをしんなりするまで炒めて一度とりだしておき、あいびぎミンチを炒め、色が変わってきたら生姜と炒めた玉

- ⑥ ぎを加えて炒め、カレー粉を加えなじませたらケチャップを加えて炒める。
- ⑦ ②で作ったじゃがもちを手のひらに伸ばし、作った③、④、⑤のどれか1種類を乗せ、つつむ。
- ⑧ すべてつつみ終わったら、両面つね色になるまで焼く。ツナマヨコーンのみ醤油で焼く。
- ⑨ 焼き終えたじゃがもちを3種類1個ずつ盛り付ける。
- ⑩ アスパラをオープンで焼き、粉々につぶして、橿原市章に形にふりかける。

勉強会・見学会

学生参加の本事業では、学生たちが主体的に学び教養を身につけることに重点をおき、度重なる勉強会や見学会、相談会、プレゼンテーション、品評会を開催しました。商品化までの様子は、橿原市の広報誌 2013.11月号に特集掲載されました。

第1回勉強会 (2013.5.9)



橿原市内見学会 (@県農業総合センター) (2013.5.12)



第2回勉強会 (2013.5.30)



第3回勉強会 (2013.6.6)



業者マッピング品評会 (2013.6.15)



試作商品検討会 (@商工会議所) (2013.9.13)



商品化が 決定した7作品

11グループ20作品の中から7作品が
見事に商品化となりました！ 榎原商工会
議所との連携事業の目的はかしはらの農
商工の発展であり、榎原産のショウガを
使ったこれら7商品が市場に受け入れ
られることで榎原全体の経済発展の一助
になればと願っています。

恋するガーリーフロマーージュ

4
ページの
グループ作品



女性に人気のチーズケーキにショウガを
混ぜ合わせ、斬新さを味わえるよう考案
しました。

↑ プティ・アルシェ

〒634-0076 榎原市兵部町6-10
☎ 0744-25-5007

もちっと生姜団子

6
ページの
グループ作品



「ショウガが苦手な人でも食べやすい」を
テーマに考案しました。団子の程よい
甘さのおかげでショウガ糖も食べやす
なっています。

↑ 御菓子司 こげつどう 湖月堂

〒634-0013 榎原市出合町105-4
☎ 0744-22-3915

ほっとしょうが

7
ページの
グループ作品



ほっと一息つきたい時に、コーヒーや紅
茶などの飲み物と一緒に楽しんでもらえ
るよう考案しました。

↑ かわいしゅぞう 河合酒造

〒634-0812 榎原市今井町1丁目7-8
☎ 0744-22-2154

大和三山恋むすび

8ページの
グループ作品



ショウガの佃煮を作り、それが活かされるおむすびを考えました。様々な味が楽しめるよう具材はいろんな種類を使用しました。

ひら そう
↑ 平宗

〒639-3113 吉野郡吉野町飯貝614
☎ 0746-32-2053

ジンジャーアイス



ショウガの風味を楽しむよう考案しました。皆様のご家庭の冷蔵庫に常にストックしてもらえそうな商品になってほしいです。

ココアイ
↑ やさい菓子工房 cocoa*i*

〒634-0804 橿原市内膳町5-1-13
☎ 0744-23-5636

あまの香久山

11ページの
グループ作品



天の香久山をモチーフに考えました。ショウガとあんこの組み合わせが珍しい蒸しどらです。

すずね どう
↑ 鈴音堂・橿原の里

〒634-0076 橿原市兵部町1-5
☎ 0744-22-0429

フリンジャー

12ページの
グループ作品



女性向けに仕事や学校帰りに食べられるおやつとして考案。粉砂糖を振りかけて食べるので「フリンジャー」と命名しました。

↑ 八木小倉屋

〒634-0805 橿原市地黄町 21-2
☎ 0744-23-5033



• 発行 •  畿央大学 健康科学部 健康栄養学科

• 協力 •  橿原商工会議所  橿原市 橿原物産協会

冊子掲載の商品については、畿央大学及び橿原商工会議所の許可なく無断で商品化する事は禁じます。