

報告書：  
山菜料理メニューの開発

旭川大学短期大学部  
生活学科 食物栄養専攻  
助教 和島孝浩

## 目次

1. はじめに	…1
(1) 本活動に取り組むことになった経緯	
(2) 山菜料理メニューの条件および開発方針	
(3) メニュー開発における問題点	
(4) メニュー開発における問題点の解決策	
2. 導入した「最新調理家電」	…2
(1) 家庭用食品乾燥器および食品粉碎機	
(2) 全自動製麺機	
(3) ホットサンドメーカー	
3. 開発した山菜料理メニュー	…3
(1) 行者にんにくを練りこんだ麺料理(和洋中)	
(2) ホットサンドメーカーを活用したガレット	
4. 本活動を振り返って	…4
(1) 感想	
(2) 今後の展開	
5. 参考文献等	…6

### 資料等

1. 行者にんにくの機能性成分について
2. 旭川大学・旭川大学短期大学部 教育活動発表・報告会
3. 開発した山菜料理メニューのレシピ集

## 1. はじめに

### (1) 本活動に取り組むことになった経緯

2014年度、雨竜郡幌加内町の母子里地区が「過疎地域等自立再生対策事業」に選定された。事業名は「共に仲良く暮らすための地域コミュニティ再生事業」で4つの小事業(①地域資源発掘活用②地域交流③高齢者支援④地域コミュニティ活性化)からなる。本学(短期大学部生活学科食物栄養専攻)は地域発掘活用事業の一部である「山菜料理メニューの開発」を担当した。

### (2) 山菜料理メニューの条件および開発方針

山菜料理メニューの開発に当たり、母子里側から2つの条件が提示された。第1の条件は、食材は母子里で採れる行者にんにくなどの「山菜」と幌加内町名産の「そば(粉)」を使う事である。第2の条件は簡単に作れて美味しい事(素材の味を活かす)である。これは母子里地区のクリスタルパークに町のカフェを作る計画があり、そこで提供出来そうなメニューを考えて欲しいという事であった。そこで我々は、メニューの開発方針として山菜をパウダー化する事が出来れば色々な料理に応用できると考えた。また、日本そばの新しい食べ方として、そば粉のクレープであるガレットを提案した。ガレットはフランス料理であるが、具材を変えれば軽食だけでなくデザートにもなる。2014年5月、札幌において「第1回ガレット祭り」が開催されており<sup>1)</sup>、ガレットは若間の向けの

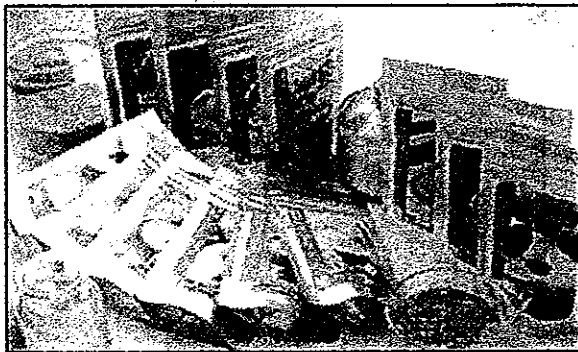


図1 野菜パウダー各種

そば料理メニューになると考えたためである。

### (3) メニュー開発における問題点

メニュー開発の方針は決定したがここで大きな問題が2つ発生した。1つは、「山菜のパウダーに関して」である。近年、科学技術の進歩によって、高栄養な野菜等のパウダー化技術が開発され、そのパウダーを利用した2次加工品が製造・製品化されているが(図1, 2)<sup>2-3)</sup>、こうした商品開発は企業の協力が不可欠である。しかしながら、今回の事業は全くのゼロからのスタートであり、また予算や時間にも制限があったので企業の協力を得るのは難しいという事だった。もう1つは、「ガレットに関して」である。ガレットは包み方も含めて上手に焼く事はある程度の技術を要する<sup>4-9)</sup>。さらに母子里側から、フォークとナイフで食べるスタイルをもっと手軽な形に出来ないか。例えばクレープのように食べ歩き出来るガレットの包み方を考案して欲しいという要望を受けた。

### (4) メニュー開発における問題点の解決策

そこで我々は、近年著しい進化を遂げた「最新調理家電」を導入して、短大生ならではの「若い発想力」で考えたメニューの開発に取り組むことにした。今回開発した山菜料理メニューとして、まず、その香りに有効な機能性成分が多く含まれている行者にんにく<sup>10)</sup>を練りこんだ麺料理を検討した。即ち、行者にんにくを温風乾燥後、パウダー化して麺生地練りこんだ麺を3種類製造し、洋食、中華、和食の麺料理と

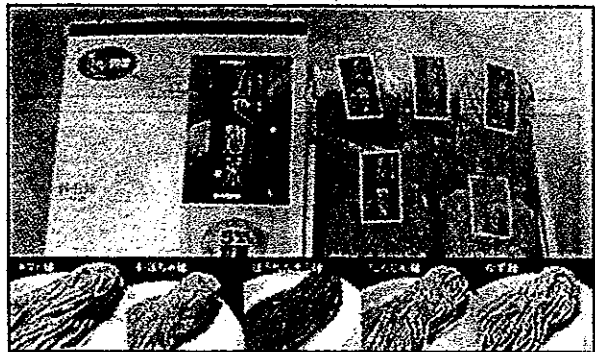


図2 パウダー等を利用した2次加工品

して、「行者にんにくパスタ」や「行者にんにくビーフン」、「行者にんにくの焼きそば（瓦そば風）」を検討した。因みに「瓦そば」とは西日本の料理で日本そば（茶そば）の焼きそばのようなものである<sup>11)</sup>。次にガレットであるが、誰もが簡単に出来て食べ歩き出来る包み方として、ホットサンドメーカーを活用したガレットの作り方を検討した。

## 2. 導入した「最新調理家電」

### (1) 家庭用食品乾燥器および食品粉碎機

行者にんにくの乾燥およびパウダー化には、家庭用食品乾燥器と食品粉碎機を利用した<sup>12)</sup>（図3）。どちらもラボネクト株式会社の製品で、この会社は主に中小企業や地方自治体等の小規模団体が商品開発する際に必要な器具を販売している。食品乾燥器は家庭用もあり今回はこれを利用した。家庭用だが温度と時間を上手に設定すれば、野菜や果物だけでなく、肉や魚も乾燥出来そうであった。食品粉碎機は少し高額だが、粉碎能力は家庭用ミルサーよりも格段に高く、十分に乾燥した食材であれば数十秒でミクロン単位まで粉碎できる。また家庭用ミルサーでは硬くて粉碎出来なかったものまで粉碎可能である。食品ではないが硬質プラスチックまでパウダー化出来る程の威力である。

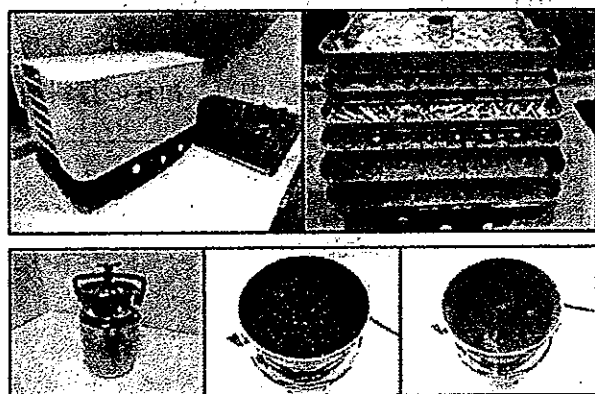


図3 上: 家庭用食品乾燥器(¥26,000)  
下: 食品粉碎機(¥68,000)

### (2) 全自動製麺機

行者にんにく風味の麺の製造には全自動製麺機（PHILIPS製）を利用した<sup>13)</sup>（図4）。この製麺機は麺生地材料をセットし、スタートボタンを押すだけで、最短10分で生地練りから製麺まで行う。また、麺の形状やコシの強さも調節でき、生地にパウダーやピューレを加える事で色々な風味の麺を作る事が出来る。この製麺機を使って行者にんにく風味のパスタ麺や米粉麺、そばを製造した。



図4 全自動製麺機(¥30,000程度)

### (3) ホットサンドメーカー

誰もが簡単に出来て食べ歩き出来るガレットの包み方の開発にはホットサンドメーカーを活用した<sup>14)</sup>（図5）。ホットサンドメーカーは「最新調理家電」ではないが、誰でも直ぐに生地を同じ形で焼く事が出来る。また、最近ではプレートも色々なものが出ている。そこで我々はパンケーキ用のプレートを用いてガレ

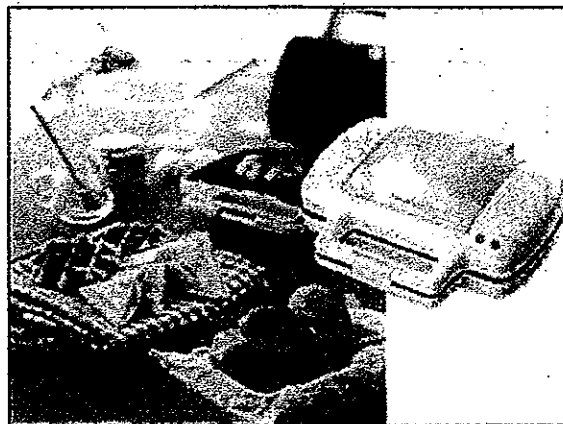


図5 ホットサンドメーカー

ット生地を焼き、生地と生地との間に具材を挟み込んで包むことを検討した。

### 3. 開発した山菜料理メニュー

#### (1) 行者にんにくを練りこんだ麺料理(和洋中)

図6に、行者にんにくパウダーを練りこんだ麺料理(和洋中)を示す。「行者にんにくパスタ」は、パスタ生地の薄力粉と強力粉に行者にんにくパウダーを加えただけである。行者にんにくの風味を活かしてにんにくは入れずにオリーブオイルと鷹の爪だけで仕上げた。「行者にんにくビーフン」は米粉に、「行者にんにくの焼きそば」はそば粉に、それぞれ、行者にんにくパウダーを練りこんだ麺を使用した。行者ニンニクパウダーは基本生地 250g に対して 20g 使用したが、母子里の住民の方でアレンジして欲しい。具材も同様にアレンジ出来るので今後が楽しみである。

#### (2) ホットサンドメーカーを活用したガレット

図7に、ホットサンドメーカーを活用したガレットの作り方を示す。ガレット生地の材料は、本来、そば粉と卵水、塩くらいだが、フワッとした食感を出したいのであえてベーキングパウダーを加えた。因みにモデルは地域おこし協力隊員である。図中の下の写真は母子里で行われたイベント「天使の囁きを聴く集い」で初お披露目した町のカフェの厨房での一コマである。このイベントでガレットを少量だが試験販売した。当初は「舞茸のトマトソースのガレット」のみを予定していたが、地域おこし協力隊員の発案で「木苺ジャムのガレット」を急遽販売したがどちらも大好評だった。舞茸は旬の食材という理由から使ったがこれも色々アレンジ出来る。例えば、地元の山で採れるコクワ(野生のキウイ)のジャムや山菜入りの味噌、朱鞠内湖で取れるワカサギやカラス貝(ムール

## 行者にんにくパウダーを練り込んだ麺料理(和洋中)



### 行者にんにくパスタ(写真左)

#### 【材料】

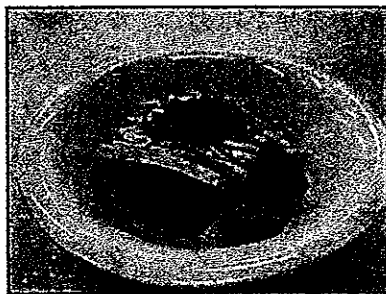
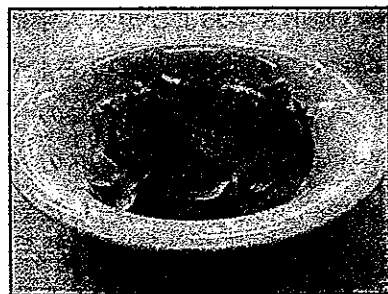
麺生地: 薄力粉、強力粉、行者にんにくパウダー  
オリーブオイル、鷹の爪  
塩コショウ、パセリ、  
他に好きな具材を入れてもOK(写真は舞茸)

\*行者にんにくの風味がまるでペペロンチーノ!

### 行者にんにくビーフン(写真左下)

麺生地: 米粉、強力粉、行者にんにくパウダー  
具材: 玉ねぎ、人参、キクラゲなど

\*味付けは「鶏ガラだし」と「ゴマ油」で中華風に!



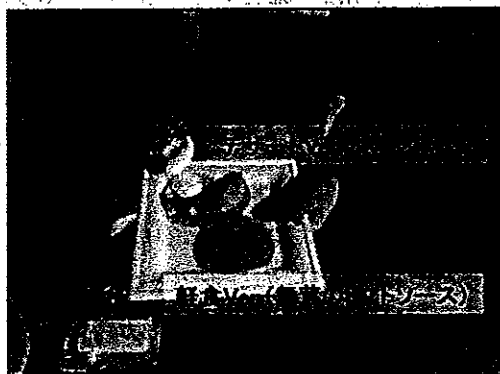
### 行者にんにくの焼きそば

麺生地: そば粉、強力粉、  
行者にんにくパウダー  
具材: 玉ねぎや肉など

\*麺と具材を軽く炒めた後、麺つゆを入れて水分が無くなるまでよく炒める。最後に、錦糸卵と刻みのりをトッピングすれば「瓦そば」風の焼きそばに!

図6 行者にんにくパウダーを練りこんだ麺料理(和洋中)

## ホットサンドメーカーを活用したガレットの作り方 「簡単に作れて食べ歩きできる包み方」の考案



### 【材料】

生地: そば粉、卵水、ベーキングパウダー

具材: 舞茸、トマトソース、とろけるチーズ

### 【作り方】

1. パンケーキ用プレートを使ってガレット生地をホットサンドメーカーで2枚焼く
2. 生地が焼き上がったら、一方の生地の上にトマトソースで煮込んだ舞茸を乗せる
3. 更にとろけるチーズを乗せた後、もう一方の生地を乗せてホットサンドする
4. チーズが溶けて生地同士が接着したら完成(お好みでよく焼いてもOK)

\* 具材は肉や魚などお好みで!

ジャムをサンドすればデザートに変身!

写真(下)は舞茸のトマトソース&木苺ジャム(と生クリーム)のガレット

(中略) 図7 ホットサンドメーカーを活用したガレットの作り方

貝)なども面白いかもしれない。

### 4. 本活動を振り返って

#### (1) 感想

本学(短期大学部生活学科食物栄養専攻)の感想や意見としては、「山菜という食材の難しさ、最新調理家電の楽しさ(学生・教員)」や「本事業をきっかけに今後も幌加内町と交流を続けたい(教員)」、「最新調理家電を上手に利用することで自ら商品開発が出来る事、並びに、その楽しさを伝えたかった(教員)」、「我々の力不足が原因で必ずしも相手方が望んでいるもの(例えばヒット商品)が得られなかったかもしれない。しかし、少なくとも、母子里の方々に『旭川大学が私たちのために一生懸命やってくれた』と思って貰えるように取り組んできたつもりである(教員)」などである。一方、母子里地区(母子里住人や幌加内町職員)からは、「厳しい条件(山菜、予算)の中、よく

頑張ってくれた」や「最新調理家電は色々便利なので町で購入したい」、「来年度、本格始動する町のカフェのメニューの参考にしたいと思う」など嬉しい声が聞かれた。

#### (2) 今後の展開

最後に今後の展開について少し触れたい。近年、ベジプロスが注目されている<sup>15-17)</sup>。ベジプロスとは野菜出汁のことであるが、このベジプロスで上川(道北)地域を活性化させるというものである。そしてこのプロジェクトの中心的な役割を本学(旭川大学および短期大学部)が担う。ベジプロスには、「使い道の広さ」や「差別化し易い」といった特徴がある。このベジプロスを各自治体が生産し、ベジプロスの有効性の科学的証明やベジプロスを利用した商品開発を本学が行うというものである(図8)。「絵に描いた餅」と思ってしまうかもしれないが、大学人は夢を語る職業である。夢を語り難い時代である

が何事も夢から始まる。しかし、夢を実現するには実績や経験が必要である。この活動がその一歩になればと思う。最後に関係者各位(本学

関係者, 母子里地域づくり協議会および道・幌加内町職員) に感謝申し上げる。

## 今後の展開

### ☆ 'ベジブロス' で6次産業 ☆

上川(道北)地域における  
食分野での地域貢献

地域で有機栽培(減農薬)した野菜で作ったベジブロス(野菜出汁)に、  
その地域の特産品をプラスして高付加価値化を図る

例)比布町:イチゴ入りベジブロス, 音威子府:チコリ入りベジブロス,  
母子里:山菜入りベジブロス, 当麻町:スイカ入りベジブロスなど

- ・ベジブロスの使い道の広さ:料理・デザートは勿論, 食材次第では化粧水や入浴剤にも使える!?
- ・差別化しやすい:同じ種類の野菜でも生産地が異なると味や成分が異なる。また, その生産地域の特産品を加えることでさらに味や成分に変化を加えることが出来る
- ・差別化の後押し:地域と旭大(食物栄養専攻)の教員・学生とのコラボ
  - ①ベジブロスの科学的データ(味や成分)
  - ②ベジブロスを使ったメニュー(減塩料理など)
  - ③道北, 上川地域でのご当地ベジブロスのシリーズ展開
  - ④①~③の継続的な交流(大学×地域, 地域×地域)

旭川大学内に道北市町村のアンテナショップの開設

図8 今後の展開:上川(道北)地域における食分野での地域貢献

#### 本活動の関係者各位

旭川大学

【学生(短期大学部生活学科食物栄養専攻)】  
伊藤みほ, 角田育望, 今野奈津美, 田部井真由  
本山美穂, 山田奏太(和島ゼミ)

【旭川大学・短期大学部教員】  
柴山氏, 豊島氏, 森重氏, 若杉氏(短大食物),  
大野(剛)氏(保健福祉学部)  
木谷氏(経済学部)

北海道, 幌加内町, 母子里地区

【道総合政策部地域づくり支援局地域政策課】  
西田氏

【母子里地区地域づくり協議会】  
多田氏

【地域おこし協力隊員】安斎氏, 高橋氏(坂上氏)  
【幌加内町総務課】小野田氏, 宮田氏

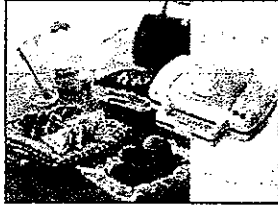
## 5. 参考文献等

- 1) 札幌ガレット祭り, 北海道ダッタンソバ生産者協議会(主催)
- 2) 国産野菜厳選使用・野菜パウダー, 三笠産業株式会社
- 3) 五色麺菜, (有)熊製麺
- 4) 「ガレット&クレープ」, 三宅郁美(著)
- 5) 「ガレットとクレープ専門店のレシピ帳:クレピエが教えるおいしさを引き出す素材の組み合わせと調理法」, オ・タン・ジャスティス クレープリー(著)
- 6) 「ガレットとクレープの本 - フレンチスタイルのレシピ 50 -」, 磯貝由恵(著)
- 7) 「クレープとガレットのどっぴおきレシピ」, 黒川愉子(著)
- 8) 「クレープリー ティ・ロランドのガレット&クレープ フランス・ブルターニュ地方の郷土料理を伝える」, クレープリー ティ・ロランド(著)
- 9) 「フランス・ブルターニュ地方の味をおうちで楽しむ ガレット&クレープ」, メゾン ブルトンヌ・ガレット屋(著)
- 10) 「北の健康野菜 行者ニンニクの薬効とその秘密」, 西村弘行(編著)
- 11) 元祖瓦そば たかせ
- 12) ラボネクト株式会社 (<http://funsaikikai.com/>)
- 13) PHILIPS (<http://www.japan.philips.co.jp/kitchen/noodlemaker/>)
- 14) Vitantonio® (<http://www.vitantonio.jp/>)
- 15) 「皮も根っこもまるごといただく奇跡の野菜だし ベジブロス - ファイトケミカルで免疫力アップ! -」, タカコ ナカムラ(著)
- 16) 「決定版 魔法の野菜だし『ベジブロス』の栄養レシピ」, タカコ・ナカムラ・ホールフードスクール (編集), 白澤卓二 (監修)
- 17) 「ベジブロスをはじめよう」, タカコ・ナカムラ ホールフードスクール (著), 白澤卓二 (監修)



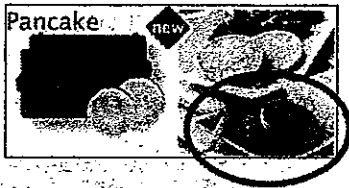
### 【簡単に作れて食べ歩き出来るガレットの包み方】

#### ★ホットサンドメーカーの活用

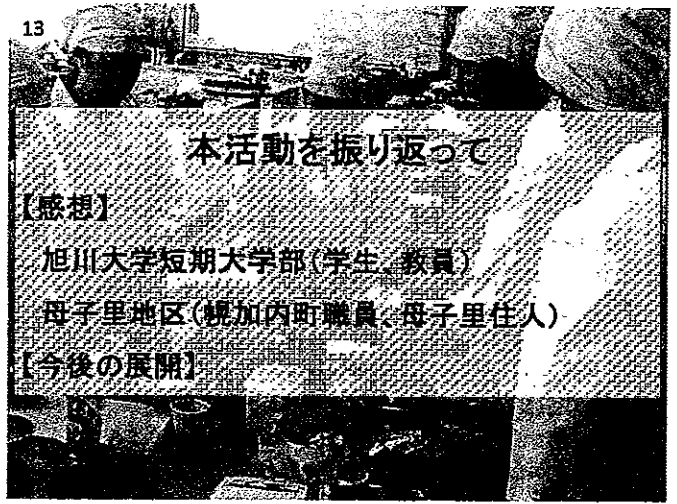


ホットサンドメーカーなら誰でも直ぐに生地を同じ形で焼くことが出来る

焼き上がった生地と生地の間にも具材を入れてホットサンドすることで具材を包み込めないか？！



こんな感じ(ガレットのどら焼き)にしたい！！



### 本活動を振り返って

#### 【感想】

旭川大学短期大学部(学生、教員)

母子里地区(槻加内町職員、母子里住人)

#### 【今後の展開】

### 開発した山菜料理メニューの一例

- ①行者にんにくパウダーを練り込んだ麺料理(和洋中)
  - 洋食・行者にんにくパスタ
  - 中華・行者にんにくビーフン
  - 和食・行者にんにくの焼きそば(五そば風)
- ②ホットサンドメーカーを利用したガレットの作り方  
「簡単に作れて食べ歩きできる包み方」

### 感想

#### 【旭川大学短期大学部】

- ・山菜という食材の難しさ、最新調理家電の楽しさ(学生、教員)
- ・本事業をきっかけに今後も槻加内町と交流を続けたい(教員)
- ・最新調理家電を上手に利用することで、自ら商品開発が出来ること、並びに、その楽しさを伝えたかった(教員)
- ・我々の力不足が原因で必ずしも相手方が望んでるもの(例えばヒット商品)が得られなかったかもしれない。しかし、少なくとも、母子里の方々に「旭川大学が私たちのために一生懸命やってくれた」と思ってもらえるように取り組んできたつもりである(教員)

#### 【母子里地区(槻加内町職員、母子里住人)】

- ・厳しい条件(山菜、予算)の中、よく頑張ってくれた
- ・最新調理家電は色々便利なので町で購入したい
- ・来年度、本格始動する町のカフェのメニューの参考にしたいと思う
- ・3月15日(日)に行われるイベント「母子里と出会う旅」(後援、旭川大学など)において、町のカフェもオープンするので是非お越し下さい

### 11①行者にんにくパウダーを練り込んだ麺料理(和洋中)



行者にんにくパスタ(写真左)

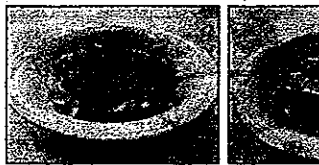
【材料】  
 麺生地:薄力粉、強力粉、行者にんにくパウダー、オリーブオイル、鷹の爪  
 塩コショウ、パセリ、  
 他に好きな具材を入れてもOK(写真は舞茸)

\*行者にんにくの風味がまるでペペロンチーノ！

行者にんにくビーフン(写真右下)

麺生地:米粉、強力粉、行者にんにくパウダー  
 具材:玉ねぎ、人参、キクラゲなど

\*味付けは「鶏ガラだし」どごま油で中華風に！



行者にんにくの焼きそば

麺生地:そば粉、強力粉、行者にんにくパウダー  
 具材:玉ねぎや肉など

\*麺と具材を軽くゆめた後、湯つゆを入れて水分がなくなるまでよく炒める。最後に、鶏糸卵と卵みりを入れてポンピングすれば「五そば」風の焼きそばに！

### 12 ②ホットサンドメーカーを活用したガレットの作り方 「簡単に作れて食べ歩きできる包み方」の考案



【材料】  
 生地:そば粉、卵水、ベーキングパウダー  
 具材:舞茸、トマトソース、とろけるチーズ

【作り方】

1. バンケーキ用プレートを使ってガレット生地をホットサンドメーカーで2枚焼く
2. 生地が焼き上がったら、一方の生地の上にトマトソースで煮込んだ舞茸を乗せる
3. 更にとろけるチーズを乗せた後、もう一方の生地を乗せてホットサンドする
4. チーズが溶けて生地同士が接着したら完成(お好みでよく焼いてもOK)

\*具材は肉や魚などお好みで！  
 ジャムをサンドすればデザートに变身！  
 写真(下)は舞茸のトマトソース&木苺ジャム(と生クリーム)のガレット

今後の展開

上川(道北)地域における食分野での地域貢献

★ベジブロスで6次産業★

道東で有機栽培(舞茸)した野菜で作るベジブロス(野菜出汁)に、その地域の特産品をプラスして素材加価値化を図る

例)上川産アスパラ、ベジブロス、青森産リンゴ入りベジブロス、母子里産山菜入りベジブロス、道南産スイカ入りベジブロスなど

ベジブロスの使い道の広さ:料理、デザートは勿論、素材次第では化粧水や入浴剤にも使える

産地北地や南地、同じ種類の野菜でも産地が異なると味や成分が異なる。また、その産地産の特産品を加えることでさらに味や香り、価値を加えることが出来る

産地化の推進に、地域と大学(食物栄養専攻)の教員・学生との連携によるベジブロスの科学的データ(味と成分)

①ベジブロスを使ったメニュー(漬物料理など)

②道北・上川地域でのご当地ベジブロスのワークショップ

③学・産・官の継続的な交流(大学・地域・産地)

旭川大学内・道北市町村のアドバイザーの開設、

母子里と出会う旅

「日本一美味しい野菜を味わおう」

2015年3月15日(日)

10時~17時(9:30受付開始)

集合場所:旭川短期母子里コミュニティセンター  
 申込費:中学生以下無料(昼食・カフェも無料)  
 大人1500円(昼食・カフェ含む)  
 定員:30名(要事前申込)

母子里と出会う旅  
 サイクルフェスティバル

9:30 受付開始(9:30母子里コミュニティセンター)  
 10:00 開会式  
 10:15 親子で楽しむ野菜観察(旭川短期)  
 11:00 親子で楽しむ野菜観察(旭川短期)  
 12:00 親子で楽しむ野菜観察(旭川短期)  
 13:00 親子で楽しむ野菜観察(旭川短期)  
 14:00 親子で楽しむ野菜観察(旭川短期)  
 15:00 親子で楽しむ野菜観察(旭川短期)  
 16:00 親子で楽しむ野菜観察(旭川短期)

旭川短期母子里コミュニティセンター  
 〒957-8585 旭川市南町1-1-1  
 TEL:0142-22-2222 FAX:0142-22-2222  
 E-MAIL: info@shuon.ac.jp  
 Facebook: http://www.facebook.com/shuon.ac.jp

# 1 山菜料理メニューの開発 ～梶加内町母子里地区における取組み～

【発表者】

短期大学部 生活学科 食物栄養専攻 和島演習 I

伊藤みほ、角田育望、今野奈津美、田部井真由、本山美穂、山田美太

【学内指導協力(短大教員)】 【学外指導協力】

柴山氏(短大・食物)

西田氏

豊島氏(短大・食物)

(道総合政策部地域づくり支援局地域政策課)

森重氏(短大・食物)

多田氏(母子里地区地域づくり協議会)

若杉氏(短大・食物)

安斎氏(地域おこし協力隊員)

大野(剛)氏(保・コミュ)

高橋氏(地域おこし協力隊員)

木谷氏(経)

小野田氏(梶加内町総務課)

【指導教員】 和島幸浩(短大・食物)

# 5 メニュー開発における問題点の解決方法

【問題点】

- ①山菜のパウダー化&2次加工:企業の協力が難しい
- ②ガレット:「簡単に作れて食べ歩き出来る包み方」の考案



短大生ならではの「若い発想力」

&

近年著しい進化を遂げた「最新調理家電」

を駆使して山菜料理メニュー開発に取り組む

【開発した山菜料理メニュー】

- ①行者にんにくパウダーを練りこんだ麺料理(和洋中)  
洋食:行者にんにくパスタ  
中華:行者にんにくビーフン  
和食:行者にんにくの焼きそば(瓦そば風)  
\*瓦そば:西日本で食べられている日本そば(茶そば)の焼きそばのようなもの
- ②ホットサンドメーカーを活用したガレットの作り方  
「簡単に作れて食べ歩き出来る包み方」の考案



# 本活動に取り組むことになった経緯

## I. 過疎地域等自立再生対策事業に梶加内町(母子里地区)が選定される

事業名:共に仲良く暮らすための地域コミュニティ再生事業  
内容:①地域資源価値活用 ②地域交流イベント  
③高齢者支援 ④地域コミュニティ活性化

## II. 梶加内町が事業の一部を旭川大学に委託

地域資源価値活用事業の中の一つである山菜料理のメニュー開発とレシピの作成を短大へ依頼に開始

# 6 導入した最新調理家電の一例

【行者にんにくの乾燥&パウダー化】

家庭用食品乾燥器

食品粉碎機

【行者にんにくパウダーを練りこんだ麺の製造】

全自動製麺機

【簡単に作れて食べ歩き出来るガレットの包み方】

ホットサンドメーカー

# 3 山菜料理メニューの条件&開発方針

【メニュー条件】

- ①食材は母子里で採れる山菜(行者にんにくや天然舞茸など)と梶加内町名産のそば
- ②簡単に作れて美味しい(素材の味を活かす)  
→将来的にはカフェで販売

【開発の方針】

- ・食材(山菜)のパウダーを利用すればメニューの幅が広がる
- ・そば(粉)の新しい食べ方(ガレット)の提案
- ・ガレット:そば粉のクレープ(フランス料理)

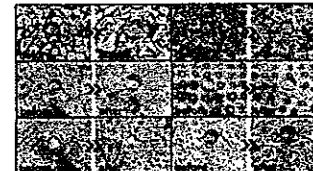
# 7 【行者にんにくの乾燥&パウダー化】

家庭用食品乾燥器  
(ラボネクト株式会社)  
¥26000円

食品粉碎機  
(ラボネクト株式会社)  
¥68000



お茶や野菜類なら30秒でミクロン単位に

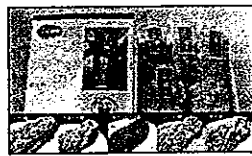


温度と時間を設定出来る。食材や温度によって仕上がりが変わる

硬いもの(硬質プラスチックなど)も粉碎可能

# 4 メニュー開発の問題点

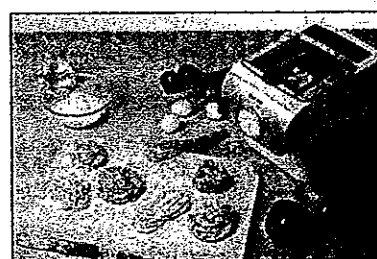
①山菜のパウダーに関して  
山菜のパウダー化やパウダーを利用した2次加工品の商品開発には企業の協力が不可欠だが今回は難しい



②ガレットに関して  
・ガレットを上手に焼く(包み方も含む)にはある程度の練習が必要  
・ガレットはフォークとナイフで食べるが、もっと手軽に食べることが出来ないか(クレープのように食べ歩き出来る包み方)

# 8 【行者にんにくパウダーを練りこんだ麺の製造】

全自動製麺機(PHILIPS)・・・¥30000程度



麺の形状やコシの強さを設定できる。生地にパウダーやビューレを混ぜることも可能

## ホットサンドメーカー de ガレット風



### 【材料】

生地: そば粉、卵水、ベーキングパウダー  
 具材: 舞茸、トマトソース、とろけるチーズ

### 【作り方】

1. パンケーキ用プレートを使ってガレット生地をホットサンドメーカーで2枚焼く
2. 生地が焼き上がったたら、一方の生地の上にトマトソースで煮込んだ舞茸を乗せる
3. 更にとろけるチーズを乗せた後、もう一方の生地を乗せてホットサンドする
4. チーズが溶けて生地同士が接着したら完成(お好みでよく焼いてもOK)

\* 具材は肉や魚などお好みで！  
 ジャムをサンドすればデザートに変身！  
 写真(下)は舞茸のトマトソース & 木苺シヤム(と生クリーム)のガレット



## 行者にんにくパウダーを練り込んだ麺料理(和洋中)



### 行者にんにくパウダー(写真左)

【材料】  
 麺生地: 薄力粉、強力粉、行者にんにくパウダー  
 オリブオイル、鷹の爪  
 塩コショウ、パセリ、  
 他に好きな具材を入れてもOK(写真は舞茸)

\* 行者にんにくの風味がまるでペペロンチーノ!

行者にんにくはピーマン(写真右下)

麺生地: 薄力粉、強力粉、行者にんにくパウダー

具材: 玉ねぎ、人参、キクラゲなど

\* 味付けは「鷹が爪だし」でゴマ油で中華風に!



行者にんにくの焼きそば

麺生地: そば粉、強力粉

行者にんにくパウダー

具材: 玉ねぎ、肉など

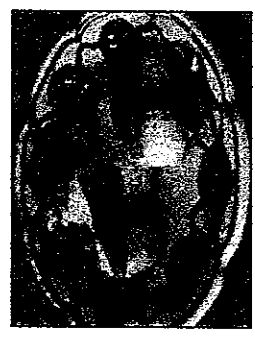
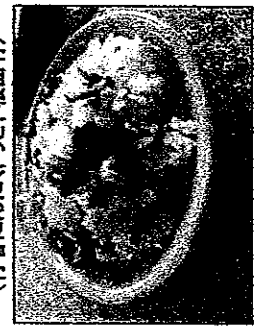
\* 細く麺料を長く炒めた後、麺つゆを入れて水分が無くなるまでよく炒める。最後に、鷹の爪と刻みのり、オリーブオイルを少し加えて仕上げます。

## 山菜寿司(ちらし&にぎり)



高知県はカツオをはじめとする魚が有名だが、山間部では田舎寿司と呼ばれる山菜や野菜をネタにした寿司が盛られた各産品となっている。詳細には特産の柚子が加えてありサツパハリと食べられる!

ちらし寿司  
 (行者にんにく、うど、根曲竹)



握り寿司(根曲竹)

## キハダのシフォンケーキ



【キハダとは】  
 ミカン科の落葉高木。日本全土でみることができる。樹皮からコルク質を取り除いて乾燥させたものは、生薬の黄蘗(おうぼう、黄柏)として知られ、染料の材料としても用いられる。アイヌは熟した果実を香辛料として用いている

【材料】 多田さん情報

【作り方】 多田さん情報

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

多田さん写真