



とよたの
地産地食
レシピ集



TOYOTA MEGUMI DINING



とよたの 地産地食 レシピ集



地産地食とは…?

地域（地元）で生産、収穫された物を、地域（地元）で消費することを「地産地消」と言います。豊田市では、地域の農産物を地域で食べてもらうことを強調するため、「食べる」という字を用いて、「**地産地食**」とっています。「地産地食」の推進により、生産者と消費者の距離が近く、顔の見える関係を築くことで食の安心につながります。

わたしたちは、地域の農産物や加工品の積極的な販売に取り組む市内小売店・飲食店に「**地産地食応援店**」として登録してもらい、その取組を支援しています。

今回、地産地食応援店のみなさまに市内の食材を使ったレシピをご紹介します。是非、ご家庭でお試してください。

目次

- ① 茶 -茶めしのおにぎり- P 1
- ② 米 -和風ロールケーキ- P 2
- ③ スイカ -スイカのゼリー- P 3
- ④ モモ -モモとトマトの緑酢サラダ- P 4
- ⑤ ナス -ナスのゴロゴロニンニク炒め- P 5
- ⑥ イチジク -イチジクのタルト（フィグ盛!）- P 6
- ⑦ キャベツ -キャベツとアンチョビのパスタ- P 7
- ⑧ イチゴ -親子で作れるイチゴのマフィン- P 8

おすすめMENU

とよたのてん茶の甘さが決め手 茶めしのおにぎり

レシピ紹介店

Cafe Musu.B

〒470・0341 上原町上原6-7 ☎42・2221

定休日/毎週日曜日

営業時間/午前11時30分～午後4時

(食事/LO:午後3時、喫茶/LO:午後3時30分)



動画はコチラ



Recipe (おにぎり3個分)

材料

白米 …………… 1合

酒 …………… 少々

塩 …………… 2^ㇿ

てん茶 …………… 2.2^ㇿ

- 炊飯器に白米、塩、酒(お好みで砂糖3^ㇿ)を一緒に入れ、炊き込む
- 炊き上がった①を別の容器に入れ、粗熱を取る
- ②が少し冷めたらてん茶をまぶし、手際よく混ぜ合わせる
- ③を3等分し、おにぎりを作る

CHECK! てん茶によっては甘みがあるので、今回のレシピでは砂糖を必要としていません。砂糖は、お好みで調整してください。

PICK UP!

レシピの農産物 てん茶

豊田市では古くからてん茶(抹茶をひく前の茶葉)が生産されており、生産量は年間約50ト、県内第2位です。品質の良さが自慢で、市内を始め、県内外でもたくさん販売されています。



おすすめMENU

とよたの米粉でしっとりおいしい 和風ロールケーキ

レシピ紹介店

ホテルフォレスト 和処 花乃里

〒444・2225 岩倉町一本松1-1 ☎58・3530

営業時間/午前11時30分～午後3時、
午後5時～9時(ラストオーダーは各30分前)



動画はコチラ



Recipe (ロールケーキ型27㌘ 1個分)

材料

卵 …………… 3個 (Lサイズ)
黒糖粉末 …………… 70㌘
米粉 …………… 50㌘ (ふるっておく)
★バター …………… 10㌘ (湯せんし温めておく)
★牛乳 …………… 10㌘ (湯せんし温めておく)
☆きな粉 …………… 15㌘
☆グラニュー糖 …… 10㌘
☆生クリーム… 100ミリ㇀
ロールケーキ型 … 1個 (27㌘)

- 1 卵をボウルに割り入れてほぐし、黒糖を入れて湯せん(60～70℃)しながら黒糖が溶けるまで混ぜる
- 2 1をハンドミキサーでキメが整うように泡立てる
- 3 2に米粉を加えて底からすくいあげるように混ぜ、★を加えて気泡をつぶさないように混ぜる
- 4 型にクッキングシートを敷き、3を流し込んで表面を平らに整え、180度に予熱したオーブンで10分間焼く
- 5 4をクッキングシートごと型から取り出し、ラップで包んで焼き色がついた面を下にしてしっかり冷ます
- 6 5のラップとクッキングシートをはがし、焼き色の面を上にして新しいクッキングシートに乗せる
- 7 ☆をボウルに入れ、氷水にあてながら泡立てる
- 8 6に7を塗り、手前からゆっくり押さえながら巻く
- 9 巻き終わりを底にしてラップに包み、冷蔵庫で冷やす

PICK UP!

レシピの農産物 コメ(米粉)

豊田市は県内1位の生産量を誇るコメの産地。市内産のコメから作られた米粉はJ Aあいち豊田産直プラザやスーパーなどで購入できます。



おすすめMENU

とよたのスイカの風味引き立つ スイカのゼリー

レシピ紹介店

加東家

〒444・2424 足助町本町4 ☎62・0168

定休日/毎週火曜日

営業時間/午前9時~午後7時



動画はコチラ



Recipe (4個分)

材料

水①…………… 100cc

(A) 粉寒天、塩…………… 0.5g

(A) 砂糖…………… 30g

着色料(緑色)…………… 適宜

【トッピング用】

スイカ、チョコレート… お好みで

水②…………… 150cc

(B) 粉寒天…………… 1g

(B) 砂糖…………… 70g

(B) ハチミツ…………… 5g

スイカ…………… 200g

洋酒…………… 少々(お好みで)

- 1 水①を鍋で火にかけて沸騰させ(A)の材料を順に入れる
- 2 よくかき混ぜて裏ごしする
- 3 2を着色料(緑色)で色づけする
- 4 4等分してカップに入れ、冷蔵庫で冷やし固める
- 5 水②を鍋で火にかけて沸騰させ(B)の材料を順に入れる
- 6 よくかき混ぜて裏ごしし、粗熱を取る
- 7 6に、粗めに潰したスイカと洋酒を入れて混ぜる
- 8 7を、固まった4に4等分して入れ、冷やし固める
- 9 固まった8に飾りのスイカを乗せ、種をイメージしてチョコレートを飾ったら完成!

PICK UP!

レシピの農産物 スイカ

スリーセブン

豊田市の主品種である「祭ばやし777」は、シャリ感が高く高糖度で、品質が安定しているのが特徴です。



おすすめMENU

とよたのモモの華麗なる変身！ モモとトマトの 緑酢サラダ

レシピ紹介店

彩花亭

〒471-0024 元城町1-69 ☎32・0556

定休日/毎週日曜日&不定休

営業時間/ランチ：午前11時～午後2時30分、

ディナー：午後6時～10時



動画はコチラ



Recipe (4人分)

材料

モモ ……………	中玉 1 個	キュウリ ……………	2 本
トマト(赤・黄) ……	中玉各 1 個	土佐酢 ……………	50cc
レタス ……………	0.5玉弱	エビ ……………	適量
水菜 ……………	0.5把	ヤングコーン ……………	適量

- 1 モモ、トマト、レタス、水菜を1口大にカットする
- 2 キュウリをすりおろして土佐酢と混ぜ合わせ、緑酢を作る
- 3 1を皿に盛りつけ、エビとヤングコーンを飾る
- 4 3に2の緑酢をかけたら完成！

CHECK! 野菜のシャキシャキ感を残すため、緑酢は食べる直前にかけてベスト。
緑酢は鶏肉や焼魚との相性も良いので、お好みで色々合わせてみてください。

PICK UP! レシピの農産物 モモ

県内有数の産地である本市のモモは、猿投地区を中心に栽培されています。「白鳳」「川中島白桃」「ゴールドンピーチ」などの品種が9月頃まで順次収穫・出荷され、市内各スーパーなどで購入できます。





おすすめMENU

とよたのナスでスタミナメニュー！

ナスのゴロゴロ ニンニク炒め

レシピ紹介店

しゃんはい すまろ
上海 四馬路

〒471・0034 小坂本町5-12-2 ☎32・0115
営業時間/月～金曜日 午後5時～翌午前0時
土・日曜日、祝日 午前11時30分～翌午前0時



動画はコチラ



Recipe (2人分)

材料

ナス …………… 120g <small>ラ</small> (小2本)	水溶き片栗粉 … 適量	☆味の素 …………… 1g <small>ラ</small>
ニンニク …… 30g <small>ラ</small> (2分の1個)	ゴマ油 …………… 少々	☆しょうゆ …………… 25cc
豚ひき肉 …………… 50g <small>ラ</small>	☆砂糖 …………… 10g <small>ラ</small>	☆オイスターソース … 6g <small>ラ</small>
おろしニンニク・ショウガ … 少々	☆酒 …………… 2cc	☆中華スープ(※) … 25cc

- ナスは5cm程度の長さに切り、ニンニクは皮をむく
- ☆の調味料を合わせておく
- フライパンに油を入れてニンニクを揚げ、取り出す
- 3の油を強火にかけ、高温の油でナスを揚げる
- 4からナスと余分な油をそれぞれ取り出し、そのフライパンで豚ひき肉、おろしニンニク・ショウガを炒める
- 肉の色が変わってきたら2を入れ、3のニンニクと5のナスを入れてよく絡め、水溶き片栗粉でとろみをつける
- お好みでゴマ油をたらしたら完成！
※中華スープは、ご家庭では水150ccに中華だしを小さじ1入れたもので代用できます

PICK UP!

レシピの農産物 ナス

市内では主に「筑陽」という品種のナスが、平坦地から中山間地まで広い範囲で栽培されています。出荷は6月から始まっており、10月末まで続く予定です。



おすすめMENU

とよたのイチジクが甘く美しい イチジクのタルト (フィグ盛！)



レシピ紹介店

松華堂(藤岡店)

〒470・0441 深見町常楽377-3 ☎76・0302

定休日/水曜日・第3火曜日

営業時間/午前9時～午後7時 日曜は午後6時30分まで



動画はコチラ



※左上の写真ではお店で手作りしたタルトカップを使用しています

Recipe (市販のタルトカップ5～6個分)

材料

タルトカップ …… 5～6個	☆砂糖 …… 12g	◎グラニュー糖 …… 20g
★イチジク(カットしておく) …… 100g	飾り用イチジク …… 小6個	薄力粉(ふるっておく) …… 7.5g
★グラニュー糖 …… 30g	牛乳 …… 100cc	バター …… 5g
☆生クリーム …… 200cc	◎卵黄 …… 20g(サイズ1個分)	バニラエッセンス …… 適量

- 1 【カスタードクリーム】◎をボウルに入れてすり混ぜ、薄力粉と、沸騰する直前まで温めた牛乳を加えて混ぜる
- 2 1をこしながら鍋に入れて火にかけ、沸騰して重くなった後、少しゆるくなるまで火を通したら、バターを加えて溶かし混ぜ、ボウルに移して冷蔵庫で冷やす
- 3 【イチジクジャム】★を鍋でよく混ぜながら火にかけ(中～強火)、気泡に粘り気が出たら、ボウルに移して冷ます
- 4 ☆をボウルに入れ、氷水に当てながら固めに泡立てる
- 5 タルトカップの中に2を渦巻き状に絞り、3を乗せる
- 6 5の上に2をさらに絞り、その上に4をドーム型に絞る(タルトカップの外周より、ひと回り内側になるように)
- 7 飾り用のイチジクをカットし、6に赤い部分が見えるようにして盛りつけ、仕上げに4を絞ったら完成!

PICK UP!

レシピの農産物 イチジク

市内では主に上郷、高岡、豊田、猿投地区で栽培されている豊田のイチジク。品質が良く人気があり、10月いっぱい頃まで楽しめます。





おすすめMENU

とよたの冬キャベツが驚くほど甘い！

キャベツと アンチョビのパスタ

レシピ紹介店

charcoal

〒470-0343 浄水町伊保原305 Y's GARDEN 1 F

☎0565・46・1134 定休日/月曜日

営業時間/ランチ：午前11時～午後2時、

ディナー：午後6時～9時



Recipe (1人分)

材料

アンチョビ …………… 2本
 生ニンニク …………… 1片
 オリーブオイル ……… 大さじ1

パスタ …………… 50g^ラ
 キャベツ …………… 100g^ラ

- アンチョビをフードプロセッサーにかけ、ピューレ状にしてからフライパンで加熱する(みじん切りでも可。ただし小骨に注意すること)
- 生ニンニクをみじん切りにし、オリーブオイルと一緒にフライパンに入れ、低温でじっくり火を通す(きつね色になるまで)

- パスタをゆでる。ゆで上がる40秒前に、乱切りにしたキャベツを入れ一緒にゆでて取り出す
- ボウルに①、②、③とオリーブオイル(分量外)を少々入れてあえ、お皿に盛ったら完成!



つくりおき

※①と②は多めに作って保存しておくこともできます(冷蔵庫で1週間程度)

PICK UP!

レシピの農産物 キャベツ

高岡地区を中心に生産されており、11月から3月にかけて出荷されています。市内スーパー等で購入できるほか、飲食店等でも扱われています。



おすすめMENU

とよたのイチゴがふんわり香る！

親子で作れる イチゴのマフィン

レシピ紹介店

ジレカフェ

〒470-0374 伊保町下川原97-8 ☎85・8775

定休日/第2、4、5日曜日・祝日

営業時間/午前11時～午後5時

※第1、3日曜日：午前8時～正午



動画はコチラ



Recipe (5個分)

材料

★薄力粉 …………… 150g

イチゴ …………… 60g

グラニュー糖 …… 15g

★ベーキングパウダー … 7g

卵 …………… 1個

牛乳 …………… 90g

バター(室温に戻しておく) … 60g

三温糖(白砂糖でも可) … 75g

マフィンカップ … 5個

- イチゴのヘタを取り、大きめにカットする
- バターを大きめのボウルに入れ、泡だて器で混ぜる
- 2に三温糖とグラニュー糖を加えてすり混ぜる
- 3に卵を加えてさらに混ぜる
- 4に★をそれぞれ半量ずつ加え、ヘラでさっくり混ぜる
- 5に牛乳を加えて混ぜる(粉がダマにならないように)
- 6に残りの★を加えてさらに混ぜる
- 7にイチゴを入れて混ぜる(少し身をつぶすようにすると生地 of イチゴの風味が増すので、お好みで)
- マフィンカップに5等分して流し込む
- 180度に予熱したオーブンで18分程度焼いたら完成！

CHECK! イチゴは大きめにカットした方が、焼いた後もイチゴの果肉感が残ってさらにおいしくなります！

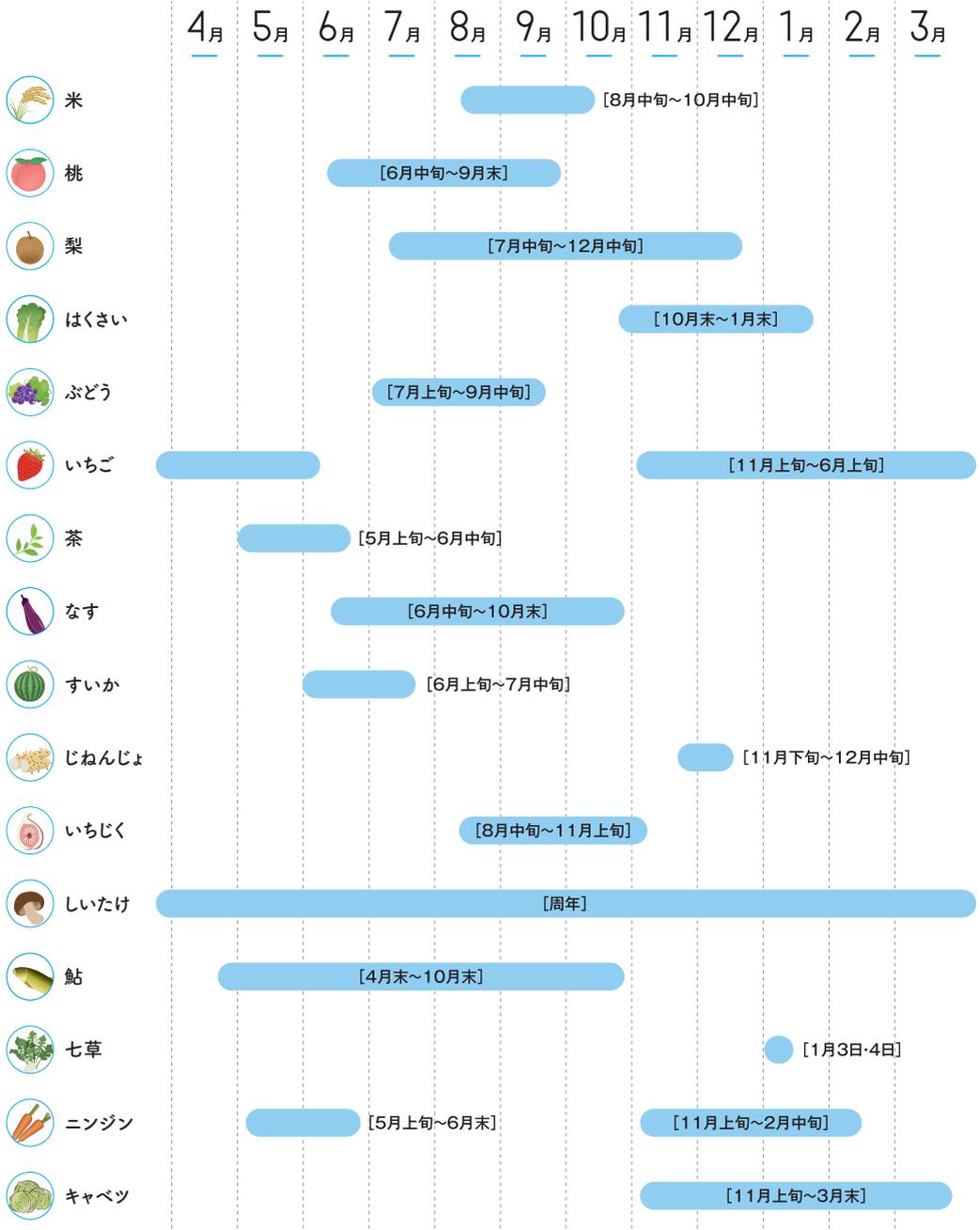
PICK UP!

レシピの農産物 イチゴ

市内では「章姫」や「ゆめのか」などを中心に年間約83トンのイチゴが生産されており、市内スーパーや直売所などで購入できます。



とよたの農産物“旬”calendar



※収穫時期は天候等で前後する場合があります。



発行元・問合せ先 豊田市農政課
〒471-8501 愛知県豊田市西町3-60
TEL. 0565-34-6640 FAX. 0565-33-8149

地産地食応援店は
こちらでチェック!



地産地食の旬な情報をお届けしています!

豊田市 地産地食応援 Facebook ~おいしい豊田を召し上がれ~
<https://www.facebook.com/toyota.farmers>

