



### 下準備

- ①くるみとピーカンナッツは粗めに刻む
- ②オーブンは170度に予熱しておく
- ③天板にオーブンシートを敷いておく



### • 作り方 •

1 ボウルにAを入れ、よく混ぜる



2 別のボウルにBを入れてよく混ぜ、1に入れゴムへらで切るように混ぜる



3 粉っぽさがなくなったら天板に移し、めん棒で3mmの厚さに伸ばす



4 170度のオーブンで35～40分焼く。冷めたら食べやすい大きさに割る



### Point



仕上げはお母さんにバトンタッチ。粉っぽさがなくなるまで切るように混ぜましょう。

香ばしくておいしーい♡  
簡単だったから、  
また作りたいな



町の特産品「はだか麦」一。  
いろんな人の地元愛で、  
さらに魅力的な製品へと変身して  
いきます。  
あなたもぜひ一度、  
愛情あふれる特産品を  
味わってみませんか。



協力してくれたのは  
この3人



野村 由香さん =神崎=  
乙葉さん  
穂華さん

料理上手な由香さんの影響で  
お菓子作りが大好きな乙葉さん  
と穂華さん。  
グラノーラもよく作るという3  
人が「はだかむぎゅ」作りに挑戦!

### 押しはだか麦と レモングラノーラ

グラノーラクッキー。  
ほんのりとレモンが香る愛媛らしい  
おやつで、ナッツとの相性も抜群です。



### • 材料 • (6人分)

- A { はだか麦粉…………… 70g
- 押しはだか麦…………… 90g
- きびざとう…………… 70g
- 塩…………… ひとつまみ
- くるみ…………… 30g
- ピーカンナッツ…………… 15g
- レモンピール…………… 35g



- B { 菜種油…………… 35g
- 豆乳…………… 25g

### 「はだかむぎゅ」ってなあに？

「はだかむぎゅ」とは、平成28年度から始動した町のはだか麦をPRするプロジェクト、「実りと恵みのはだか麦プロジェクト」で開発された、新カテゴリのはだか麦おやつです。ヘルシーで、大人も子どもも楽しめる一品です。

「押しはだか麦とレモングラノーラ」のほかにも右の2種類があります。レシピを公開していますので、町ホームページが次のQRコードから確認し、「はだかむぎゅ」作りにぜひチャレンジしてください。



### えびとあおさのパイ

はだか麦のザクツとした食感を味わえるパイ。干しえびとあおさの海の風味がくせになります。



### はだか麦味噌とくるみ餡クッキー

はだか麦の味噌とくるみを合わせた特製餡に、はったい粉の風味が合わさったクッキーです。



# はだか麦をお家で食べよう

親子で過ごす時間が増える夏休み。  
はだか麦を使ったおいしいおやつをお家で作ってみませんか。  
今回は、野村さん親子に協力してもらい、  
「押しはだか麦とレモングラノーラ」を作ってみました。