

玉名女子高校

～郷土料理「太平燕・いきなり団子」～

熊本の郷土料理について学び、「太平燕」と「いきなり団子」を作りました。

「くまもとのふるさとの食レシぴ集」を参考にしながら、いきなり団子は熊本新米粉を使用し、薄力粉と米粉の比較も学習しました。県外の生徒も多いクラスなので、熊本の郷土料理を紹介する良い機会となりました!!

○生徒の感想○

- ・面取りをする意味や米粉を使用することの効果を知り、よりきれいな仕上がりの団子を作ることができてうれしかった。
- ・具たくさんの太平燕がとてもおいしかった。家でも作ってみたい。
- ・野菜の切り方を丁寧に行ったことで、火の通りも見えた目もよく仕上がった。小さな手間が出来映えに影響することがわかった。

実施日:令和4年9月28日(水)

対象:3年 普通科フードデザイン選択者

献立:太平燕・いきなり団子(新米粉使用)



【材料】(4人分)

切ったさつま芋	12個
	(1個30g)
～生地～	
薄力粉	120g
米粉	120g
水	120ml
こしあん	160g



【材料】(4人分)

むきえび	120g
豚肩ロース薄切り	100g
白菜	300g
干しいたけ	4g
きくらげ	3g
人參	70g
たけのこ(ゆで)	50g
もやし	30g
緑豆春雨	100g
卵	4個
油	12g
～調味料～	
水	1,300g
鶏ガラスープの素	30g
薄口しょうゆ	18g
みりん	9g
オイスターソース	9g
こしょう	少々