

ふくやまの農林水産物を利用した地産地消メニュー

今回の食材は…**春菊・しいたけ** です！

鞆のガス天をつかった



簡単おやき



「地産地消」とは、地域の食材をその地域で消費する（食べる）ことです。地域の農業や伝統的な食文化、豊かな自然環境を守り、継承することにつながります。



材料(10個分)

春菊	70g
しいたけ	20g
豚肉(ミンチ)	40g
ガス天【鞆町産】	40g
A { 小麦粉	70g
塩	1g
牛乳	150ml
油	適量

作り方

- ① 春菊, しいたけは2cm幅に切る。
- ② 豚肉(ミンチ)はフライパンでいためてあら熱をとっておく。
- ③ ガス天はうす切りにする。
- ④ ボウルにAと①, ②, ③を入れてよく混ぜる。
- ⑤ ホットプレートをよく熱して油をひき, ④のたねをスプーンでひろげて焼く。
- ⑥ ⑤の片面が焼けたらひっくり返して両面を焼き, できあがり。

ポン酢やケチャップをつけても食べてもおいしいです♪



牛乳のかわりに、だし汁をつかってもOK!



食物アレルギーがある方は材料をよく確認してください!

今回使用した

春菊の産地は…
神村町

しいたけの産地は…
今津町

