

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…**新しょうが**です！

手作りジャムでアレンジしましょう♪

しょうがジャム

材料(作りやすい分量・約1kg)

しょうが・・・・・・・・・・400g
りんご・・・・・・・・・・850g
砂糖・・・・・・・・・・300g
水あめ・・・・・・・・・・250g
クエン酸, または酢・・小さじ1



100gあたりの栄養価

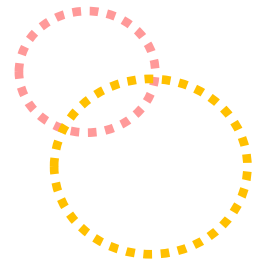
エネルギー	141kcal
たんぱく質	0.3g
脂質	0.1g
食塩相当量	0.0g



「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。

作り方

- ① しょうが・りんごは皮をむき、一口大程度の大きさに切る。
- ② ①をミキサーにかけてなめらかにする。
- ③ 鍋に②・砂糖・水あめを入れ、火にかける。30分程度煮つめてジャム状になったらクエン酸, または酢を入れ、ひと煮たちしたら出来上がり。



クラッカーにのせたり、しょうが湯にするなど、色々アレンジして楽しんでください♪



今回使用した
新しょうが
の産地は...

駅家町

