

最優秀  
賞



使用部位  
もも

全国大会 農林水産省生産局長賞受賞 (第2位)

## 花畑からギュウ～まんじゅう 下関市 青木 奈美さん

はなっこりーの彩りと、フルーティーで楽しい食感。おやつにもGOOD!

### 材 料

もも	400g	
強力粉	50g	
薄力粉	200g	
イースト	4g	
砂糖	40g	
塩	1.5g	
ベーキングパウダー	5g	
ショートニング	7g	
はなっこりー	50g	【A】
豆乳	80g	
ひじき	40g	
岩国れんこん	120g	
夏ミカンマーマレード	120g	【B】
しょう油	40g	
菜種油	大さじ2	
コンスターチ	小さじ3~4	
酢じょう油	適量	

- ① 茹でたはなっこりーと豆乳【A】をミキサーにかけペーストにし、粉類を加えて皮の生地を作る。  
(こねる→発酵→具を包む→発酵→蒸す)
- ② ひじきは戻す。れんこんは薄切り。肉とともに油で炒め【B】で味付けし、コンスターチで少しとろみを付け冷ます。
- ③ 生地で②を包み(8個)、10分くらい発酵させて、強火で12~15分蒸す。
- ④ お好みで酢じょう油(長門ゆず吉)をつけて食べる。