

山口県 エシカルレシピコンテスト



エシカルなPOINT

- 環境問題に貢献できるヴィーガンケーキ。
- 産業廃棄となるおからをメイン材料とし、フードロスやゼロウェストに取り組んだ。
- 県産の材料を使用することで輸送ガスの削減を考慮した。

Ethical
Recipe

地球にハグするヴィーガン みかんパウンドケーキ

【作り方】

- ① おからは乾炒りして80gにし、冷ましておく。
- ② バナナはフォークでマッシュしておく。
- ③ ①と②をそれぞれ別のボウルに入れて、それぞれをよく混ぜ合わせる。
- ④ ③に④を加えてよく混ぜ合わせ、型に流し入れる。
- ⑤ 180℃に予熱したオーブンで45分焼き、粗熱をとり、冷蔵庫で1時間以上冷やして完成。

材料(1人前)

- ① お豆腐屋さんでもらえる生おから
……………150g(乾炒り後80g)
 - ② アルミニウムフリーベーキングパウダー
……………小さじ1.5
 - ③ 塩……………ひとつまみ
 - ④ ココナッツミルク(無調整豆乳も可)
……………150cc
 - ⑤ バナナ……………1本
 - ⑥ 県産はちみつ……………大さじ1.5
 - ⑦ 米油……………大さじ1.5
 - ⑧ ブランデー……………大さじ1
 - ⑨ 県産みかんの皮はちみつ漬け
……………大さじ1
- ※材料はすべてオーガニック

エシカル
ツナガル
山口県