

山口県 エシカルレシピコンテスト



エシカルなPOINT

- 普段は捨ててしまう果物の皮を使用。

Ethical
Recipe

皮ジャムマフィン

【作り方】

- ① キウイはステンレスタワシでこすり、トゲをとる。
- ② キウイ、オレンジは実と皮、全て細かく刻む。
- ③ それぞれ別の鍋に入れ、砂糖(5gずつ)を加え、弱火で煮る。
- ④ 水分が少なくなるまで煮詰めたら皮ジャムの完成。
- ⑤ ボウルにバターとグラニュー糖を入れ、白っぽくなるまで混ぜる。
- ⑥ 溶き卵を3~4回に分けて加え、その都度よく混ぜ空気を加える。
- ⑦ 合わせてふるっておいた薄力粉とベーキングパウダーを加え、さっくり混ぜる。
- ⑧ 牛乳を加えて混ぜる(混ぜすぎない)。
- ⑨ 型に生地(生地の中に④の皮ジャムを入れる)を入れ、180℃のオーブンで23分焼く。

材料(1人前)

キウイ	50g (1/2個)
砂糖	10g
オレンジ	80g (1/2個)
無塩バター	17g
グラニュー糖	27g
全卵	18g
薄力粉	40g
牛乳	18g
ベーキングパウダー	2g

エシカル
ツナガル
山口県