

ハロウィンっぽいレシピ

今月は、日本でも一般的になったハロウィン・・・っぽいレシピを作ってみました。
元々ハロウィンは、古代ケルトの祭り「サウィン(夏の終わり)」に由来し、秋の収穫を祝い、先祖の霊を迎えるとともに、悪霊を追い払う宗教的な行事です。キリスト教でも行われるようになってからハロウィンとよばれ、いつからか、アメリカで仮装した子どもたちが家々を周り「いたずらかごちそうか」と訪ねお菓子をもらい歩く祭りになりました。
今回は、アメリカのハロウィンの伝統的な食べ物「パンプキンパイ」とケルト神話に出てくる魔法使いやドラゴンをイメージした料理を作ってみました。

コープ商品でパンプキンパイ



材料(11cm型2個分)
C.パイシート 1枚
C.北海道の栗かぼちゃ(冷凍) 200g
砂糖 30g
C.バター 20g
卵黄 1個
サラダ油 適量

作り方
①冷凍のまま、かぼちゃを耐熱容器にいれラップをかけて、電子レンジで500w5分加熱する。
②①をマッシャーなどで潰したら、砂糖、バターを加えて混ぜる
③半解凍したパイシートを開け、半分に切り、型より少し大きいくらいになるまで、麺棒などで伸ばす
④型にサラダ油を塗り、パイシートを型の壁につくように合わせながら型にはめる
⑤くぼみに②を入れてならし、ふちに卵黄を塗る
⑥200℃に熱したオーブンで20～30分様子を見ながら焼きふちに焼色がついたら出来上がり
※C.うらごしかぼちゃを使うと更に手間なく簡単に!

おつまみにもなる トマトで作る魔法の杖



材料(10個分)
棒状のプレッテル菓子 10本
モッツアレラチーズ 100g (トマトにまわせられれば種類は問わない)
ミニトマト 10個
黒コショウ・パセリなど 適量

作り方
①トマトを洗い、キッチンペーパーで水けをとる
②チーズを1センチ角に切り、鍋に入れて弱火にかけ、混ぜながらとかして黒コショウをふる
③竹ぐしなどで穴を開け、プレッテル菓子をトマトを刺し、溶かしたモッツアレラチーズをからめ、チーズが伸びてついてくるようにゆっくりもちあげる。
④伸びたチーズをプレッテル菓子にからませて、コップなどに立てて固まるまで待つ。
※プレッテルがトマトの水分を吸って柔らかくなり折れやすくなるため、持つ際はご注意ください。私達は魔法使いではないので持つのが難しいようです。

着色料を使わないドラゴンの卵



材料(4個分)
卵 4個 ジャガイモ 250g
たまねぎ 1/2玉 塩コショウ 少々
しょう油 卵が漬かるくらい
ホワイトソース 200g

作り方
①オーブンを180度に予熱し、ジャガイモとたまねぎを洗い、皮をむいて細めの千切りにする
②ジャガイモ、たまねぎ、卵を混ぜて、塩コショウをふる。タルト型8個に鳥の巣の形に整え、オーブンで35分焼く
③卵4個を沸騰させたお湯で9分ゆで、すぐに氷水に入れる。スプーンなどを使って卵の殻の表面を叩いて殻がはがれないように気を付けながらひびを作る
④卵をフリーザーバッグに入れ、卵が漬かるくらいのしょう油を入れ、10分ほど漬ける
⑤②の巣を型から外してホワイトソースを入れ、下の部分を少し切り落とした④の卵を、切った面を下にしてのせる

※使った醤油に酒、みりんを加えて今度は味玉を作る、酒、みりんを加えたもの加熱し別の料理にも使える調味料にすることもできます。(保存期間は短くなるので注意)

コプ子さんの「農」ある風景



農産担当のコプ子さんが、産地や生産者、野菜や果物について紹介する「コプ子さんの「農」ある風景」。産直だけでなく、もっと広く「農」の世界に飛び込んでお届けします。産地の様子や生産者にスポットを当てていきます!

「あおもり魅力野菜」プロジェクトより aovege(アオベジ)の生産者さんとお届け内容をご紹介します!



青森市で栽培された、ちょっと珍しい西洋野菜「aovege アオベジ」、Weekでは7月から11月の第4週にご案内しております。ビーツ、コールラビ、サンマルツァーノ、カリノケール、コリンキーなどなど、名前を聞いただけでもおしゃれなテーブルで素敵なお料理をワインを飲みながら・・・みたいな絵を想像してしまいますね!

組合員のみなさんは、アオベジにどんな印象をお持ちでしょうか?『調理が難しそう』『味が想像できない』と思う方もいらっしゃるのではないのでしょうか?しかし、実際にお手元に届くアオベジセットは本当に可愛いレシピ付きのお野菜たち!西洋野菜とは言え、お味噌汁や浅漬、天ぷらなどに使えるものもあるんです。付属のレシピを参考にするもよし、オリジナル料理をつくるもよし、ためらわずぜひ一度ご利用していただきたいと思っております!

そして今回、生産者のみなさんが集まってくださり、木村さんの圃場で撮影を行いました。まだまだ収穫には早い時期での撮影でしたが、素敵な笑顔を見せてくださいました。この夏の猛暑の影響で、思うように収穫が進まなかった時期もありましたが、Weekでの案内は11月4週までを予定しています。

青森県を野菜で盛り上げよう!と活動している生産者さんは多くいらっしゃいます。消費者である私たちはそれを知り、おいしくいただいて応援したいですね♡



▲バターナッツカボチャ



▲ビーツ



▲サンマルツァーノ



▲グラウンドペチカ



▲ズッキーニ(黄)



▲カリノケール



▲Weekでおなじみトマト工房アーリーの小泉さん



▲生産者の穴水さん、木村さん、猪俣さん

バターナッツカボチャ
甘みが強く、ねっとりした肉質のかぼちゃ。スープの他、煮物や焼いてもおいしい。

サンマルツァーノ
酸味が強く、火を通すと旨味が引き立つトマト。ソースや炒め物の他、焼きトマトもおすすめ。

カリノケール
ケール特有の苦み、青くさがなく、ドレッシングがよく絡むのでサラダにピッタリ。

ズッキーニ(黄)
緑色のものに比べ、淡泊で柔らかいズッキーニ。

ビーツ
ポリフェノールを多く含む甘みのある根菜。加熱すると柔らかくより甘くなり、煮物、炒め物、サラダなど色々な料理に使えます。

グラウンドペチカ
赤紫色のまだら模様の皮が特徴、ホクホクした果肉と栗に似た風味のじゃがいも。

青森市と浪岡地区でアオベジは生産されています。小泉さん、木村さん、穴水さん、猪俣さん、それぞれ違う野菜を生産しています。

Weekで案内するアオベジセットは[2種入り]と[3種入り]があります。その時期によって収穫される野菜はそれぞれで、どの野菜が届くかはお楽しみ! 8月に注文したコプ子さんには黄色いズッキーニとコリンキー、グラウンドペチカ(ジャガイモ)が届きました。

