

## スタミナたまご

料理部門  
最優秀賞



ポイント SNS で話題の味付け卵！ 田子町 ver! お酒のつまみや白米に合います。

- ゆで卵を作る。(沸騰して 6 分程度)
- 材料を全て混ぜて、漬タレを作る。
- 卵を入れて、冷蔵庫で 1 晩漬ける。  
※冷蔵庫で漬けている途中で、卵をひっくり返すと均等に味が染みこみます。



食材 (4人前)	調味料類 (4人前)
にんにく(みじん切り) (田子町産) — 2 片	水 — 100ml
ゆで卵(緑の一番星) (田子町産) — 6 個	しょう油 — 100ml
長ねぎ(みじん切り) — 1/4	砂糖 — 大さじ 3
輪切り唐辛子 — 適量	
玉ねぎ(みじん切り) — 半分	
にんにくチューブ — 4cm	
いりごま — 大さじ 1	



## にんにくしそまきギョウザ

料理部門  
優秀賞



大葉が大量にとれる時に作りたいおつまみ料理。冷めてもおいしいから、お弁当にも良いです。

- にんにくをみじん切りにしてひき肉をまぜ、粘ってきたら、塩・こしょう・ラー油を入れ、再びよくまぜる。
- 小さじ 1 程度大葉にのせ、きっちりつつんで、つまようじで止める。
- 小麦粉に卵と水を入れ、天ぷら粉を作り、うすく付け、170° C の油で揚げる。



食材 (4人前)	調味料類 (4人前)
にんにく (田子町産) — 3 片	塩 — 少々
豚ひき肉 — 200g	こしょう — 少々
大葉 (田子町産) — 20 枚	ラー油 — 少々
卵 — 1 個	揚げ油 — 適量
	つまようじ — 20 本

## えごま & にんにくパスタ

料理部門  
優秀賞



ポイント えごまとにんにくの香り、りんご酢のツンとする味でバクバク食欲が進む、また食べなくなるパスタです。

- にんにくは、スライスして油できつね色になるまで炒める。
- えごまは、プチプチと音がするまで炒める。
- 大根と生姜、りんごはすりおろす。
- ①～③のすべての材料と調味料をミキサーにかける。油は、3 回に入れ攪拌する。
- とろりとなったら、えごまドレッシングの完成。
- ⑤のえごまドレッシングをスパゲティにからませ、食べる。



食材 (4人前)	調味料類 (4人前)
【えごまドレッシング】	サラダ油 — 180g
えごま(空炒えごま) (田子町産) — 100g	しょう油 — 80g
にんにく (田子町産) — 30g	りんご酢 — 80g
りんご (田子町産) — 75g	砂糖 — 70g
大根 (田子町産) — 60g	食塩 — 12g
生姜 — 9g	水 — 24g
【茹でスパゲティ】	
スパゲティ — 400g	
塩	
サラダ油	

## チーズでトッポギ風

料理部門  
優良賞



ポイント 甘辛ソースとチーズで熱々のやわらかいのを食べてほしいです。

- にんにくをスライスして油で炒め、冷ましておく。
- ライスペーパーを水にくぐらせ、とろけるスライスチーズをのせ、中に炒めたにんにくを数枚並べ替える。
- 調味料を全部フライパンに入れ、よく混ぜてから、トッポギを並べて火をつける。
- チーズが溶けて全体がやわらかくなったら、皿に上げ、ゴマをふりかける。

食材 (4人前)	調味料類 (4人前)
にんにく (田子町産) — 5 片	砂糖 — 大さじ 1
ライスペーパー — 10 枚	ごま油 — 大さじ 1
スライスチーズ — 10 枚	ケチャップ — 大さじ 1
白ごま — 少々	コチュジャン — 大さじ 1/2
	はちみつ — 少々
	炒め油 — 適量



## 黒にんにくのマシュマロチョコバー

デザート部門  
最優秀賞



ポイント チョコに混ぜると黒にんにくの香りが消えるので、にんにくが苦手な人でもバクバクおいしく食べられちゃいます！ドライフルーツ感覚でにんにくを楽しめるので、にんにく好きな人はもっと入れても良いかもしれません。

- チョコレートは湯せんで溶かす。
- ナッツを粗く刻む。ドライフルーツ、黒にんにくを細かく刻む。マシュマロをサイの目に切る。
- チョコレートに②とフルグラを入れて混ぜる。
- パットにクッキングシートを敷いて、③を入れて、表面を平らにならす。ドライフルーツをトッピングする。
- 冷蔵庫で 1 時間程度冷やし、チョコが固まったら取り出して、棒状にカットする。

食材 (4人前)	調味料類 (4人前)
黒にんにく (田子町産) — 3 片	
チョコレート — 200g	
※ブラックでもホワイトでも可	
マシュマロ — 30g	
フルグラ — 100g	
ミックスマッシュ — 45g	
好きなドライフルーツ — 20g	
※トッピング用	



## 黒にんにくムース にんにくキャラメルがけ

デザート部門  
優秀賞



ポイント 黒にんにく入りのムースで、上からもキャラメルをかけて、にんにくの W になってます。

- スポンジを 1/4 にスライスして、セルクルで円形にくりぬいておく。(12 個)  
※スポンジは市販品でも可。
- キャラメルを作る。  
にんにくと牛乳をレンジで弱火で加熱する。冷まして水分を切り、ペーストにする。
- ペーストと砂糖、三温糖と水をバターと一緒に焦がさないように、煮詰めてキャラメルを作る。ゆるめで止めておく。
- ムースを作る。  
ゼラチンを水でふやかし、レンジ加熱した後、牛乳を入れる。
- 生クリーム、卵白を別々に泡立て、砂糖を 30g ずつ入れて、固めに泡立てる。
- 生クリームにゼラチンを入れてまぜ、大さじ 2 位を容器に傾けて入れ、冷蔵庫で冷やす。
- 残りのムース液に、黒にんにくペーストをまぜ、先ほどの白ムースの上に、黒にんにくムースを入れ、スポンジを入れ冷やす。
- 固まったら、型から出してキャラメルを飾りかけをして、黒にんにくを小さく切ったものを飾る。

食材 (4人前)	調味料類 (4人前)
【ムース】	【ムース】
黒にんにく (田子町産) — 11g	砂糖 — 60g
生クリーム — 100cc	ゼラチン — 12g
卵白 — 50g	水 — 50cc
牛乳 — 50cc	
【キャラメル】	【キャラメル】
にんにく(白) (田子町産) — 15g	砂糖 — 20g
牛乳 — 120cc	三温糖 — 10g
無塩バター — 15g	水 — 10cc
【ムース飾り】	
黒にんにく飾り (田子町産) — 少々	

## 和風シュークリーム

デザート部門  
優秀賞



ポイント チョコ味はよくあるけど、食べたことのない和風に挑戦してみました。

- 【シュー生地】
- 片手鍋にバターを溶かし、水を入れ沸騰し、直前まで温める。
- 薄力粉を鍋に入れ、粉っぽさがなくなり、透明感が出るまで弱火で温める。
- 鍋を火から下ろして、あら熱を取る。その間に卵を溶き、常温に戻したパイ生地を薄く伸ばし 10 枚分に切り分ける。
- 溶いた卵を 3 回に分け入れながら、生地がへらからゆっくり滑り落ちるくらいの固さにする。
- 生地の上から霧吹きで多めに水を拭きかけ、その上にパイ生地をのせ、卵をぬりグラニュー糖をかける。
- 200° C に予熱したオーブンで 20 分。その後、170° C で 12~15 分焼き、オーブンは開けずにあら熱を取ってから取り出す。
- 【あんこ】
- あんこに潰した黒にんにくを入れて混ぜる。
- 【クリームチーズ】
- クリームチーズを温めて、柔らかくし牛乳とレモン汁を入れてまぜる。

食材 (4人前)	調味料類 (4人前)
バター — 60g	グラニュー糖 — 適量
水 — 100cc	レモン汁 — 適量
薄力粉 — 70g	
卵 — 2 個	
冷凍パイシート — 1 枚	
あんこ — 300g	
黒にんにく (田子町産) — 3 かけ	
クリームチーズ — 90g	
牛乳 — 小さじ 3	



## 黒にんにくマーブルチーズケーキ

デザート部門  
優良賞



ポイント 黒にんにくとクリームチーズの相性が良く、おいしく、食べやすく仕上がりました。

- 【準備】
- 型(底をはずせるもの)の側面と底にオーブンシートを敷く。
- バター、卵を室温に戻す。
- クッキーを細かく砕いておく。
- 黒にんにくを裏ごしして、ゆるいペースト状にしておく。
- 【台を作る】
- 砕いておいたクッキーにバターを加えて混ぜる。
- 【焼く】
- 170° C に予熱したオーブンで 50 分焼く。
- オーブンから取り出して、完全に冷まし、型に入れたまま冷蔵庫で 1 晩冷やす。
- 型から外し、お好みのサイズに切り分けて出来上がり。
- 【生地を作る】
- 電子レンジで 1 分 30 秒温めたクリームチーズを、泡立て器でよく練りクリーム状にする。

食材 (4人前)	調味料類 (4人前)
クッキー — 12 枚	グラニュー糖 — 60g
バター — 40g	レモン汁 — 小さじ 2
クリームチーズ — 200g	コーンスターチ — 大さじ 1
卵 — 1 個	
卵黄 — 1 個分	
生クリーム — 50cc	
黒にんにく (田子町産) — 20~30g	

