

使用した  
豊川産農産物

ミニトマト

大葉

最優秀賞

栄養価UP！しそベーゼのブルスケッタ



レシピ発案者

シックの  
まかないレシピ

さん

<PRポイント>

美容室の大葉農家のお客様より、大葉をたくさんいただきました！  
スタッフの1人がしそベーゼを作ってきてくれ、それを使用し、ブルスケッタを作りました！  
とても好評で、オシャレでおもてなしにもピッタリとお客様方やスタッフの皆さんに喜んでもらったので、応募させていただきました！  
豊川名物でもある、青じそやトマトが広まってくれると嬉しいです！  
青じそは、使いきれず腐らせてしまったり、使い方がわからず購入できなかつたりしますが、しそベーゼにすることで、β-カロテンをはじめ油溶性のビタミンの吸収が良くなるメリットがあり、日持ちもよく、アレンジしやすくなります！  
トマトもリコピンなどの栄養素を加熱調理をして食べることで吸収率を高めることができます！

<材料>

(4人前)  
〈しそベーゼ〉  
青じその葉 30枚  
にんにく 1かけ  
くるみ(ロースト・有塩) 30g  
オリーブオイル  
塩  
こしょう  
  
〈ブルスケッタ〉  
しそベーゼ  
バゲット 1本  
ミニトマト 1袋  
ピザ用チーズ 適量

<作り方>

調理時間 15分  
〈しそベーゼ〉  
①青じそはしっかり拭き軸を切る。  
②フードプロセッサーに青じそ、にんにく、くるみ、オリーブオイル1/2カップ、塩小さじ1、こしょう少々を入れ、なめらかになるまで攪拌する。  
  
〈保存の目安〉  
冷蔵で約10日、冷凍で約3カ月保存可能  
その日に使わない場合は表面をおおう程度にオリーブオイルをかける。  
納豆や豆腐、パスタにあえてもGOOD！  
  
〈ブルスケッタ〉  
トマトを半分または1/4に切る  
バゲットにピザ用のチーズをまぶす  
しそベーゼとトマトをのせる  
トースターでチーズがとけるまで5分程度やく

使用した  
豊川産農産物

ミニトマト

トマトジュース

バジル

音羽米米粉

卵

優秀賞

音羽米米粉で作る豊川トマトパン



レシピ発案者

山ちゃん  
さん

<PRポイント>

従来、製菓用の米粉ではパンは作れませんでした。しかし、トマトジュース、卵、オオバコパウダーを入れることにより米粉100%のパン作りに成功しました！生地にはトマトやバジルを入れることにより、香りがよくチーズとの相性もとても良いです。グルテンフリー、減農薬の野菜なので安心して食べられます。材料も混ぜるだけ、成形が楽しいパンです。

<材料>

|               |             |
|---------------|-------------|
| (6人前) 6ヶ分     |             |
| A音羽米 米粉       | 200 g       |
| (こだわり農場鈴木さん)  |             |
| Aコーンスターチ      | 30 g        |
| A砂糖           | 15 g        |
| A塩            | 4 g         |
| Aイースト         | 3 g         |
| B全卵           | 1個分 (約52 g) |
| Bトマトジュース (無塩) | 150 g       |
| (プロモンテファームさん) |             |
| Bヨーグルト        | 30 g        |
| Bオリーブオイル      | 大さじ2        |
| Bバジル          | 5枚          |
| ・オオバコパウダー     | 5 g         |
| ・ミニトマト        | 適量          |
| ・ベビーチーズ       | 4ヶ          |
| ・溶けるチーズ       | 適量          |
| (トッピング用)      |             |

<作り方>

- 調理時間 1時間
- 下準備
- ・トマトジュースは夏は常温、冬は35℃～40℃に温める
  - ・バジルは刻んでおく。ベビーチーズはさいの目に切っておく。
  - ・ミニトマトは半分に切っておく
- 作り方
- ① Aの材料を泡だて器で混ぜておく
  - ② Bの材料もよく混ぜておく
  - ③ Aの中にBをいれ混ぜる。(1分位)
  - ④ ③の中にオオバコパウダーを入れボウルの中でこねる。(3分)
  - ⑤ 生地を6等分して成形する。生地を丸めたものを手のひらでのばし、中に切っておいたベビーチーズを入れ、とじる。とじ目を下にして発酵20分(40℃)。オーブンの予熱を入れる。(200℃)
  - ⑥ 表面にこめ油を塗り、上面を十字に切る。切ったところにとけるチーズ、その上にミニトマト半分をのせる。
  - ⑦ 200度16分焼く
  - ⑧ 焼けたらクーラーなどで冷まし、ほんのり温かい状態でラップ
  - ⑨ 常温で翌日までふんわり。三日目以降は冷凍。

使用した  
豊川産農産物

トマト

音羽米

敢闘賞①

トマトカップで！おもてなしトマトクリームリゾット



レシピ発案者

カー!ウー!  
さん

<PRポイント>

包丁もほとんど使わないので2歳の息子と一緒に作れるお手軽レシピです。トマトをカップに見立てているので、味だけでなく見た目からも楽しむことができます。華やかな見た目でおもてなしにぴったり！遊びに来たお友だちへのご飯の一品にしたり、パパと子どもちゃんと2人で作ったり、帰省したお孫ちゃんとじいじ、ばあばとで作ったり…ととっても簡単なので誰かと一緒に作って食べて楽しんでもらえるレシピだと思います。

<材料>

(2.5人前) ※幼児取り分けあり  
ごはん お茶碗2杯  
トマト 3個  
あいびき肉 150g  
玉ねぎ 1/2個  
しそ 2枚  
塩 ひとつまみ  
牛乳 100cc  
砂糖 小さじ1  
胡椒 少々

<作り方>

調理時間 30分  
①玉ねぎの皮を剥き、フードプロセッサーでみじん切りにする。  
②トマトの中身をくり抜く。カップの底になる部分は薄く切っておくと自立しやすい。しその葉もざっくり切る。トマトの中身としそを入れ、ポタージュ状になるまでフードプロセッサーにかける。  
③あいびき肉と玉ねぎを炒め、塩を加える。玉ねぎがしんなり飴色に近くなったらトマトペーストとご飯、砂糖を入れて炒め煮をする。  
④牛乳を加えて汁気が飛んだら火を止める。  
⑤トマトをくり抜いたトマトカップにリゾットを詰める。(幼児用)  
⑥残りのリゾットに胡椒を加えて混ぜる。トマトカップにリゾットを詰める。(大人用)  
⑦残りのリゾットは器に盛り付ける。



使用した  
豊川産農産物

トマト

ナス

大葉

敢闘賞②

トマトと大葉の洋風チヂミ



レシピ発案者

ねこ  
さん

<PRポイント>

30分で手軽に作れるだけでなく、エネルギー、ビタミン・ミネラル、タンパク質のすべてをこのチヂミ1品で摂取することができます。

大きめに切った具材によって、食べ進めるごとに食感や味に違いを生み、最後まで飽きずに食べることができます。特にトマトの形をしっかりと残すことで、とよかわトマト特有の食感と旨味をしっかりと感じることができます。

フレッシュトマトを料理で使う場合は、旨味も多いですが酸味も感じやすいです。そのため、酸味が強くないよう、チーズでまろやかさを加え、チーズがぐどくなりすぎないように、大葉でさっぱり感を加えました。

<材料>

(2~3人前)  
(生地)  
とよかわトマト 1個 (190g)  
ナス 1個 (170g)  
卵 1個  
小麦粉 80g  
コンソメ顆粒 小さじ1.5  
水 45g  
オリーブ油 小さじ4  
とよかわ大葉 5枚  
ピザ用チーズ 90g

<作り方>

調理時間 30分

①ナスとトマトは洗う。ナスは約2cmの角切りにする。トマトは皮を湯むきし、ハタを取り、ナスと同じ大きさになるように切る。(8等分にくし切り後、それぞれ3等分に。)

②ボウルに卵を入れ、混ぜる。その上から、1で切った野菜、小麦粉、コンソメ、水の順に入れていき、混ぜる。この時、トマトをつぶさないように下から大きく混ぜる。

③大きめのフライパンにオリーブ油小さじ2をひき、②の生地を広げて、中火で焦げ目がつくまで焼く。焼き色がついたら、上下を返し、周りからオリーブ油小さじ2を足し、焦げ目がつくまで焼く。

<焼く時のポイント>

生地は薄く広げて上から押さえる。上下を返した後も、フライ返し等で生地を押さえる。この時、トマトがつぶれないように優しく押さえる。

④大葉は水にさらしてから、キッチンペーパーで水気を取り、葉元の茎を切り落とし、細かく手でちぎる。

⑤両面が焼けたら、ピザ用チーズをかけ、ふたをし、余熱でチーズを溶かす。(溶けなければ、溶けるまで加熱する。)ピザ用チーズは少し生地からはみ出したほうが美味しい。チーズがとけたら、皿に盛り、④の大葉を乗せる。

使用した  
豊川産農産物

ミニトマト

音羽米

敢闘賞③

炊飯ジャーで簡単 地産野菜たっぷりのリゾット



レシピ発案者

イワミ  
さん

<PRポイント>

炊飯ジャーに入れるだけで、誰でも簡単に野菜たっぷりの美味しいリゾットが作れます。

<材料>

|          |        |
|----------|--------|
| (2人前)    |        |
| ミニトマト    | 10個    |
| 音羽米      | 1合     |
| シソ       | 5枚     |
| マッシュルーム  | 4個     |
| 玉ねぎ      | 1/2個   |
| レンコン     | 1/2個   |
| ブロッコリー   | 30g    |
| とろけるチーズ  | 50g    |
| A水       | 3/4cup |
| A白ワイン    | 1/4cup |
| Aコンソメ    | 3/4個   |
| Aローリエ    | 2枚     |
| クレイジーソルト | 少々     |
| 黒コショウ    | 少々     |

<作り方>

- 調理時間 15分(炊く時間は除く)
- ①ミニトマトは6個分を4等分、玉ねぎ、マッシュルーム、ブロッコリーはみじん切りにして、Aと一緒に炊飯ジャーへ投入  
普通炊きで炊く
  - ②炊けたお米の中にとろけるチーズと千切りのシソ、残りのミニトマト、クレイジーソルトを入れ混ぜ合わせ、蓋をして5分ほど蒸らす。
  - ③お皿に盛り、グリルで焼いたレンコンとスライスしたシソを添えて、黒コショウを振り 完成

使用した  
豊川産農産物

トマト

ニンジン

ジャガイモ

タマネギ

音羽米

敢闘賞④

おきつねトマトカレー



レシピ発案者

うさもも

さん

<PRポイント>

- ・火を使わず煮込み不要のお手軽レシピ
- ・カリサクの油揚げとトマトの酸味がアクセントに。
- ・材料はほぼ豊川産。
- ・いつものカレーを少しアレンジしたお手軽おもてなしレシピです。

<材料>

|       |       |
|-------|-------|
| (2人前) |       |
| ご飯    | 適量    |
| 豚ひき肉  | 120g  |
| 玉葱    | 1/2個  |
| 人参    | 1/4本  |
| じゃが芋  | 1個    |
| トマト   | 1個    |
| 水     | 300ml |
| カレールウ | 2かけ   |
| 油揚げ   | 2枚    |

<作り方>

調理時間 20分

1. 玉葱、人参、じゃが芋は1cm角に切る。トマトは飾り用に輪切りスライス1枚を取っておき、残りは1口大の乱切りにする。
2. 大き目の耐熱ボウルに玉葱、豚ひき肉、人参、じゃが芋、トマトの順に入れ、水を加えてふんわりとラップをかけ、600Wの電子レンジで約10分加熱する。
3. 一度取り出し、ルウを加えて溶かし、600Wの電子レンジでさらに3分加熱する。
4. 油揚げは1.5cm角に切り、トースターでカリッとするまで焼く。(約3分)
5. ご飯をよそい、カレーを盛りつけ、スライストマトと4の油揚げをトッピングする。