

～ついき農園さんの話～ ③③

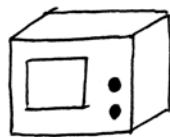
七食飯町にあるついき農園さんに遊びに行くと小柄でかわいらしいお母さんが笑顔で迎えてくれる！
 広～い農園ではお米をメインに色々な野菜を無農薬で育てているんです。ちょっと奥まったところに鶏舎が3合あって、にわとりさんが元気に餌をつつついてる。農園で採れた野菜や季節の野草、そして安全な飼料をおいしそうに食べてるにわとりさんたち。お水はもちろん湧水！土でできてる鶏舎の床ににわとりさんがフンをする。その土とフンをにわとりさんが元気に走り回って足でかくはんする。すると微生物によって発酵肥料になる。それを火田にまいて野菜ができる。形の良くない野菜や間引きした野菜がまたにわとりさんの餌になる。まさに命のサイクル！！
 1つの卵を大切に両手で包みながらお母さんが笑顔で話してくれました。だからオライはついき農園さんの卵を「命の卵」ってよんでいるんです！

クワッカン

◎材料

- アーモンドホール 60g
- レーズン 20g
- スイートチョコレート (刻み) 20g
- 薄力粉 50g
- グラニュー糖 150g
- 卵白 45g
- 粉砂糖 適量

◎つくり方



アーモンドホールを200℃のオーブンで「アーモンドの中がキツネ色になるまで」ローストします。

ローストしたらおろく刻みます。



①の中に卵白を入れてゴムベラで5分ほど練り混ぜます



②の中にローストしたアーモンドとレーズン、チョコレートを入れてさらに5分くらい混ぜます。

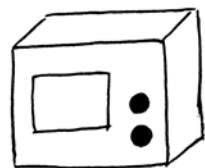


鉄板にクッキングペーパーをしいて生地をスプーンで少量とって並べます。

「焼くと大きく広がるので」5cmほど間隔をあけて下さい！！



粉砂糖を茶こしてたっぷりふって5分ほどおき、再び粉砂糖をふります。



180℃のオーブンで20分くらい焼いて出来上がりです！！

