

応募者(ハンドルネーム)		レシピ名	調理時間
んり		みかんのドレッシング	30分～60分
ポイント			
何度も味見をして味を調べ、後味を『ドレッシングを口に含んだ後感』になるようにこだわりました。			
材料	1人分の分量	作り方の手順	
みかん	2個	①	みかんを横半分に切り、しぼり器で果汁をしぼる
塩	適宜		
ニンニクチューブ	適宜	②	ボウルに塩、胡椒、レモン汁、オリーブオイル、ニンニクチューブを入れ、味見をしながら混ぜ合わせる
レモン汁	大さじ1		
胡椒	ふたつまみ	③	瓶や器に移して完成
オリーブオイル	大さじ1		



応募者(ハンドルネーム)	レシピ名	調理時間
んり	ブランマンジェinみかんの皮	60分以上

ポイント

みかんの実をくり抜き、皮を器にしてブランマンジェを作りました。自家製のみかんジャムをトッピングしました。

材料	1人分の分量	作り方の手順
みかん	1個	① みかんの頭の方を切り、スプーンで実を取り除く
牛乳	200ml	
アーモンドスライス	50g	② 水に粉ゼラチンをふり入れふやかす
粉ゼラチン	5g	
グラニュー糖	50g	③ 鍋に牛乳とグラニュー糖、アーモンドスライスを入れ火にかけ、軽く沸騰したら蓋をし10分ほど蒸らしたらザルで濾し、ボウルに移す
水	大さじ2	
氷水	適宜	④ ③に②を入れて溶かし、ボウルに氷水を当てながらとろみがつくまで混ぜる
みかんジャム	適宜	
		⑤ ①に流し入れ、2時間ほど冷やし固める
		⑥ みかんジャムなど盛り付けて完成



応募者(ハンドルネーム)	レシピ名	調理時間
んり	みかんとっぷりピザ	60分以上

ポイント

さっぱりとした味のデザートピザにしました。程よい甘さと酸味が効いています

材料	1人分の分量	作り方の手順
みかん	1個	① ピザ生地を作る。強力粉、薄力粉、ドライイースト、オリーブオイル、塩、牛乳、温水を混ぜ合わせて捏ね、まとめ、発酵させる
サワークリーム	適宜	
アーモンドスライス	適宜	② みかんの皮を剥き、1粒を3等分に切る
強力粉	40g	
薄力粉	10g	③ 生地を薄く伸ばし、みかんジャムと②のみかんをのせ、余熱したオーブンで15分焼く
ドライイースト	0.75g	
オリーブオイル	2.5g	④ サワークリームとアーモンドスライスを盛り付け、完成
塩	0.5g	
牛乳	30g	
温水	適宜	
打ち粉(強力粉)	適宜	
みかんジャム	適宜	



応募者(ハンドルネーム)		レシピ名	調理時間
んり		みかんスコーン	60分以上
ポイント			
生地にみかんを混ぜ込み、みかんの形に整えて焼き上げました。			
材料	1人分の分量	作り方の手順	
みかん	1個	①	みかんの皮を剥き、包丁で細かくし、水分を少し取り除く
ホットケーキミックス	40g		
牛乳	大さじ1	②	ボウルに①のみかんと牛乳、ホットケーキミックス、鶏卵を合わせ、捏ねる
鶏卵	1個		
		③	生地がまとまったら6等分に形を整える
		④	天板にクッキングシートを敷き、生地を並べ、オーブンで180℃で15分焼く
		⑤	焼きあがったら器に盛り付け、ジャムなどをつけて完成



応募者(ハンドルネーム)		レシピ名	調理時間
RI-NA		みかん餡あんまん	60分以上
ポイント			
<p>白餡のまろやかさとみかんの甘みが混ざり合う美味しさの「みかん餡」を作りました。 中華まんの生地餡子を包むことで食事としても、デザートとしても楽しむことができます。</p>			
材料	1人分の分量	作り方の手順	
大福豆（乾燥）	9g	①	〈白餡を作る〉鍋に大福豆と水を入れ、1日放置する。（浸水）。ざるに取り、豆の皮を剥く。10分程度強火で煮て、あくを取る。豆が柔らかくなるまで中火で煮る。
きび砂糖（餡子用）	4g		
食塩	0.3g	②	①の大福豆を2倍量程度の煮汁と一緒にミキサーにかける。鍋に移し、きび砂糖、食塩を入れて鍋底が見えるくらいまで混ぜながら煮詰める。
みかん	50g（0.5個）		
きび砂糖（ソース用）	10g	③	〈みかんソースを作る〉みかんの皮を剥き、ミキサーにかける。鍋に移し、きび砂糖を加えて、とろみがつくまで煮込む。
薄力粉	50g		
きび砂糖（生地用）	3.5g	④	〈みかん餡を作る〉①～③で作った白餡とみかんソースを同じ鍋に入れて混ぜながら煮る。水分を少しとばすくらい。
ドライイースト	1g		
ベーキングパウダー	0.5g	⑤	〈生地を作る〉薄力粉、きび砂糖、ドライイースト、ベーキングパウダーを混ぜる。サラダ油とぬるま湯を加えて混ぜて、ひとまとめにする。ラップをして、30分放置する。生地を等分に分けて、丸く、薄くのばしておく（直径10cmくらい）。
サラダ油	2g		
ぬるま湯	25mL	⑥	④のみかん餡を⑤の生地包む。蒸し器で15分蒸す。お皿に盛りつけて完成。



応募者(ハンドルネーム)	レシピ名	調理時間
RI-NA	みかん餡のどら焼き	60分以上

ポイント

白餡のまろやかさとみかんの甘みが混ざり合う美味しさの「みかん餡」を作りました。甘い生地に甘い餡がサンドされています。できたての温かさ、常温、冷凍して新食感スイーツにするなど、様々な食べ方を楽しめます。

材料	1人分の分量	作り方の手順
大福豆(乾燥)	9g	① 〈白餡を作る〉 鍋に大福豆と水を入れ、1日放置する。(浸水)。ざるに取り、豆の皮を剥く。10分程度強火で煮て、あくを取る。豆が柔らかくなるまで中火で煮る。
きび砂糖(餡子用)	4g	
食塩	0.3g	② ①の大福豆を2倍量程度の煮汁と一緒にミキサーにかける。鍋に移し、きび砂糖、食塩を入れて鍋底が見えるくらいまで混ぜながら煮詰める。
みかん	50g(0.5個)	
きび砂糖(ソース用)	10g	③ 〈みかんソースを作る〉 みかんの皮を剥き、ミキサーにかける。鍋に移し、きび砂糖を加えて、とろみがつくまで煮込む。
薄力粉	23g(0.5個)	
ベーキングパウダー	2g	④ 〈みかん餡を作る〉 ①～③で作った白餡とみかんソースを同じ鍋に入れて混ぜながら煮る。水分を少しとばすくらい。
卵	23g(0.5個)	
きび砂糖	大さじ1.5	⑤ 〈生地を作る〉 薄力粉とベーキングパウダーをふるいにかけてボウルに入れる。溶いた卵、きび砂糖、みりん、牛乳、水、醤油、バニラエッセンスを加えて、泡だて器で混ぜる。
みりん	大さじ0.5	
牛乳	大さじ1	⑥ 温めたフライパンに生地を流し入れて表と裏を約1分ずつ、焼き色がつくまで焼く。(焼き時間が足りなければ焼き色がつくまで焼く。)④で作ったみかん餡を⑥で作った生地でサンドする。お皿に盛りつけて完成。
水	大さじ0.5	
醤油	小さじ0.5	
バニラエッセンス	少々	



応募者(ハンドルネーム)	レシピ名	調理時間
RI-NA	蒸しみかんパン	30分～60分

ポイント

やさしい甘みの蒸しパン生地に甘みが凝縮したみかんジャムが程よくかかっている所が魅力です。
見た目が可愛らしくなるように、円を描くようにジャムをかけて蒸しました。

材料	1人分の分量	作り方の手順
みかん	40g	① 〈みかんジャムを作る〉 皮を剥いたみかんをミキサーにかける。鍋に移し、きび砂糖を加えてドロドロになるまで煮詰める。
きび砂糖	8g	
薄力粉	50g	② 〈生地を作る〉 薄力粉、ベーキングパウダー、きび砂糖、牛乳、食塩を混ぜる。カップに流し入れる。①で作ったみかんジャムを絞り袋に入れて、円を描くように生地の上に絞る。素早く蒸し器に入れ、15分蒸す。
ベーキングパウダー	2g	
きび砂糖	25g	③ お皿に盛りつけて完成。
牛乳	50g	
食塩	0.2g	



応募者(ハンドルネーム)		レシピ名	調理時間
RI-NA		フライドミカン	10分～20分
ポイント			
餃子の皮にみかんで作ったジャムとクリームチーズを入れて揚げるだけなので、時間の無い朝にもピッタリです。カリッと揚がった皮、チーズの塩味、みかんの甘みと酸味を一気に楽しむことができます。			
材料	1人分の分量	作り方の手順	
餃子の皮	4枚	①	餃子の皮一枚につき、約10gのみかんとクリームチーズ約5gを詰める。この時、餃子の皮の接着に水溶き片栗粉を使用する。
みかん	40g		
クリームチーズ	20g	②	①を油で揚げる。
片栗粉	大さじ1		
水	大さじ1	③	お皿に盛りつけて完成。
揚げ油	適量		



応募者(ハンドルネーム)	レシピ名	調理時間
RI-NA	ピッツァ・ミカン	60分以上

ポイント

チーズとみかんの相性が抜群で、さらにシナモンを振りかけることで香りの良い一品です。
一般的なしょっぱいピザとは異なる美味しさを楽しむことができます。

材料	1人分の分量	作り方の手順
強力粉	85g	① 〈みかんジャムを作る〉 皮を剥いたみかんをミキサーにかける。鍋に移し、きび砂糖、レモン汁を加えドロドロになるまで煮詰める。
薄力粉	15g	
ドライイースト	2g	② 〈生地を作る〉 強力粉、薄力粉、、ドライイースト、塩、ぬるま湯、オリーブオイルを混ぜて、1時間放置する。(発酵)。
塩	1g	
ぬるま湯(約40℃)	50mL	③ 生地を丸く、薄くのばし、ナチュラルチーズをのせてオーブンで焼く。 (予熱あり、210℃)
オリーブオイル	小さじ1	
みかん	100g	④ ③で焼きあがったピザに①のみかんジャムを塗る。 クリームチーズをトッピングする。最後にシナモンの粉末を振りかける。
きび砂糖	20g	
レモン汁	15mL	⑤ お皿に盛りつけて完成。
クリームチーズ	30g	
ナチュラルチーズ(ゴーダ&チェダー)	20g	
シナモン	少々	



応募者(ハンドルネーム)	レシピ名	調理時間
鈴木りほ	じゃがいものガレット ミカンのジュースがけ	30分～60分

ポイント

じゃがいもとミカンのみというシンプルかつ簡単な料理です。素材そのものの味を楽しんでいただけます。ミカンの甘味がガレットをデザートにすることで、今までにない味を味わえる一品です。

材料	1人分の分量	作り方の手順
じゃがいも	300g	① じゃがいもの皮をむき、千切りにして、塩を加えて混ぜます。
ミカン	1個	
食塩	3g	② フライパンに油を入れ火にかけて温めたら、じゃがいもを入れ丸く広げたら、押さえて焼きます。途中バターを数回に分けて鍋肌から少しずつ入れます。
砂糖	みかんの重量の10%	
バター	20g	③ 焼き色がついてきたらじゃがいもを裏返し、残りのバターを入れていきます。両面が焼きあがったら、皿に盛り付けます。
油	5g	
黒コショウ	0.1g	④ ミカンの皮をむき、手でちぎり小さくしたらミキサーに入れます。
		⑤ 砂糖を加え、ミキサーにかけます。できるだけトロトロになるまで続けます。
		⑥ 十分にミキサーにかけることができたなら、皿に盛りつけてあるじゃがいもにかけ、出来上がりです。

