青空こんね新聞

2年間の商品開発を経て、遂に大豆加工品の商品が完成しました。

遂に大豆加工品完成

Tofu Refuse Cookie
おからクッキー

■プレーン（5枚入り）……¥160

オホーツク産大豆のおからを使用してやさしい甘さに仕上げました。

アレルギー：小麦・卵・乳・大豆

■黒大豆きな粉（5枚入り）……¥180

北見産黒大豆「祝い黒」を丁寧に煎ってきな粉にし、ふんだんに混ぜ込みました。抗酸化作用を持つポリフェノールを含み黒豆の甘みとコクを味わえます。

アレルギー：小麦・卵・乳・大豆

■黒ゴマ（5枚入り）……¥180

黒ゴマ独特の風味と甘みがギュッと詰まっています。

アレルギー：小麦・卵・乳・大豆・ゴマ

Tofu Refuse Pound Cake
おからパウンドケーキ

■プレーン（1本売り）…¥1,300

予約限定

※季節により旬の野菜や果物を加えた**季節限定商品もございます。**
1カット各¥160 ～

■プレーン（1カット）…¥130

オホーツク産大豆のおからと豆乳を使用し、甘さを抑えしっとりと仕上げました。

アレルギー：小麦・卵・乳・大豆

At last, artifact completion of soybeans!!

KONNE NO DAIZU
by KONNE'S FARM

精一杯手塩にかけた結果無添加でした。

こんねでは一年を通して大豆の栽培に関わっていますが、中でも豆とり作業は重度障がいの方が得意とする作業の一つでもあります。また、多少サイズが小さいなど規格外の大豆は販売する事が出来ずに廃棄扱いとなり、その度に他の利用方法が出来ないかと考えていました。そんな思いから規格外大豆の商品化に向けて取り組みをスタートさせました。まずは大豆を煮て絞り、豆乳作りから始めたのですが、その際に出る搾りかす「おから」の栄養価の高さに興味を持ちました。そんな魅力的なおからを使用し身体にやさしい商品を作る為、たくさんの方々のご協力を得た上で、皆様に食べていただきたい加工品が出来上がりました。道産食材にこだわり、お子様にも安心して食べてもらいたいとの思いから、添加物は一切使用しておりません。数に限りがございますが、是非一度ご賞味ください。

※大豆商品はベーカリーカフェロープにて2019年4月以降、毎月末の金・土・日での販売を予定しております。

※平成29・30年度 農山漁村振興交付金を得て大豆商品化に取り組みました。

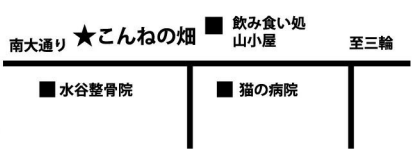
おからの魅力 Charm of tofu refuse

①**食物繊維**が豊富（ごぼうの約2倍!）で便秘改善や肥満予防に役立つといわれています。
②**イソフラボン**が豊富で皮膚を健康に保つ美肌効果が期待できます。
③**サポニン**が豊富で老化予防の他にアンチエイジング効果も期待できます。

■プチギフト
クッキー 3種…¥500

みんなの畑
こんね
TOMUTE' S SMILE PROJECT
Copyright © 2014 TOMUTE NO MORI. All rights reserved.

北海道北見市公園町166番25
TEL：0157-32-8715 ／ FAX：0157-32-8716
facebook：
https://ja-jp.facebook.com/fieldofeveryone.konne/



Volume.023 特別号／ 2019.3.1発行

菜こんねNews

The friends of a Farm of KONNE

最近こんねの畑であったあんな事、こんな事をご紹介致します。

地味な作業から派手な作業へ

野菜づくりから関わっているこんねの仲間たちと一緒に、後輩の児童たちにもお手伝いしてもらい足踏みでの脱穀作業を行いました。皆リズムに合わせ楽しそうに足踏みし、おかげで豆とり作業がはかどりました◎

慣れた手つきで豆とり作業

学生時代から慣れ親しんでいるというこんねの仲間たちも多く、鞘から豆を取り出す一定作業ですが、とても集中して取り組んでおります◎

ちずこのLet's Cooking ここでもう一品

CHIZUKO'S Speciality Recipe

「大豆入り肉まん」

フライパン1つでとてもお手軽に作れて美味しい肉まんです!

大豆入り肉まん【材料（8コ分）】

〈作り方〉

【生地】
- A■薄力粉……150g
- A■ベーキングパウダー……小さじ2
- A■砂　糖……大さじ2
- A■塩……ひとつまみ
- ■牛　乳……80ml
- ■ゴマ油……大さじ1

【肉だね】
- ■大　豆…大さじ2
- ■豚ひき肉…100g
- ■ネ　ギ（みじん切り）……1/3本
- ■生姜（すりおろし）……小さじ1/2
- ■酒……大さじ1
- ■ゴマ油……大さじ1/2
- ■醤　油……小さじ1/2
- ■塩・こしょう…各少々
- ■サラダ油……適量

①ボウルにAを入れひと混ぜし、牛乳とゴマ油を入れ全体がまとまるまでこねる。（約3分）
②ラップをかけ温かいところで15分ほど寝かせる。
③別のボウルに肉だね用の材料をすべて入れ、粘りがでるまでよく混ぜる。
④②の生地を棒状に伸ばし、包丁で8等分にする。
⑤1つずつ丸く成形し生地を均一に伸ばす。肉だね1/8の量をスプーンですくってのせ包んでいく。同様に残りも作る。
⑥フライパンにサラダ油をひき、⑤を並べ焦げ目がつくまで焼き、水を2/3カップ注ぐ。蓋をして中火で3分蒸し焼きにし、さらに弱火で5分蒸し焼き、最後に蓋をはずして強火で水分を飛ばして出来上がり。

こんねのやさい・野菜加工品・大豆加工品は以下のお店で購入出来ます。

loaf bakery Cafe
ベーカリーカフェ LOAF（ローフ）
〒090-0015
北海道北見市公園町166-29
【営業時間】10:00 ～ 18:00
【定休日】火曜日【TEL】0157-22-8772
facebook