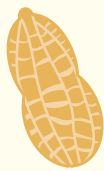




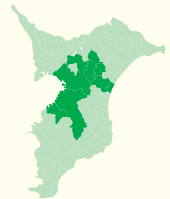
ピーナッツクリーム



驚くほど濃厚で、混ぜるだけで手軽に作ることができる自家製のピーナッツクリーム。地元千葉の落花生で、ぜひお試しください♪

落花生の主な産地

八街市・千葉市・佐倉市・富里市
袖ヶ浦市・市原市・山武市



材料(2人分)

- いり落花生 …………… 80 g
- 無塩バター …………… 50 g
- はちみつ …………… 大さじ1
- きび砂糖 (他の砂糖可) … 大さじ1



つくり方

- ① 殻、薄皮をとった落花生をフードプロセッサーに入れて混ぜる。
- ② 少し落花生がなじんで滑らかになってきたら、室温に戻しておいたバターを入れてさらに混ぜる。
- ③ きび砂糖とはちみつを入れ混ぜ、滑らかになったら清潔な器に入れる。

豆だけに!



落花生豆知識

千葉県の落花生栽培は明治9年に山武郡南郷町(現山武市)の農家牧野万右工門氏が試作したのが始まりとされています。その後、干ばつ被害や戦争などの時代背景とともに、旭市から八街市などへ主となる産地が変化していきました。

現在、国内流通量は全体の9割が外国産で、国内産は約1割程度となっています。その少ない国内産の約8割は千葉県で生産されています。

落花生の赤い渋皮にも栄養分が含まれているよ。捨てずに食べてみてね!



千葉県で栽培されている主な品種

ちばほんだち 千葉半立	煎豆の食味は独特な風味があり良好
ナカテユタカ	煎豆の食味はあっさりとした甘みがあり良好
さとか 郷の香	ゆで落花生に適していて、食味は良好
おおまさり	ゆで落花生に適していて、甘みが強くて柔らかく食味が優れている
Qなっつ	甘みが強く、煎豆に適している(他の品種よりも渋皮が薄いので、渋皮ごと食べやすいとされている)

ちばの野菜伝道師協力隊・野菜ソムリエ：くしもとちあき

千葉県産旬の恵みを上手に使って楽しくヘルシーな毎日を

ウェブサイト「教えてちばの恵み」では「ちばの食材」を使ったレシピを多数掲載しています。
<https://www.pref.chiba.lg.jp/ryuhan/pbmgm/index.html>

教えてちばの恵み

検索