

			
1. 6/28 畝作り	2. 種を蒔く。	3. 芽が出ると同時にキジやハトが来ます。	4. 雨の中で雑草取りと補植作業
			
5. 9/20 枝豆の初もぎ	6. 10/31 すっかり色づいた大豆畑	7. 11/8 大豆の収穫	8. この後足踏み式脱穀機を使います。

炒り豆お菓子 レシピ

***まず、炒り大豆をつくります。フライパンでつくと時間がかかるので、オープンでつくります。**

1. 大豆をぬるま湯に漬ける（2時間以上）
2. クッキングペーパーを敷いた天板に、水を切った大豆をひろげる。
3. 250度のオープンで、10分焼く。
4. 大豆を菜ばしなどで転がして、上下を返す。
5. オープンの温度を150度に下げて、1時間ほどじっくり焼いて、できあがり。

***お砂糖をまぶしてお菓子をつくりましょう。**

炒り大豆 50g に対して、砂糖 20~30g、水小さじ1~2杯使います。

1. お砂糖とお水を鍋に入れて、火にかけます。
2. ふつふつしてきたら、炒った大豆を入れて菜ばしなどで転がします。焦がさないように火加減に気をつけて、水分が飛ぶまで転がし続けてください。（砂糖が飴状になってくっつきますが、カラカラになるまで辛抱強く転がし続けて。）
3. 水分が飛んで、大豆一粒一粒が砂糖の白い衣をまとってカラカラになったらできあがり。

***そのままでもおいしいですが、きな粉やココア、抹茶をまぶしてもおいしいですよ。**



作り方を説明する渋谷さん



上手にできました！

2月には味噌作りもします！

くらなび会員募集中！

くらなびでは、くらなび農園や食育ツアー、料理教室や講座など、くらしにお役立ちする行事をたくさん開催しています。会員には、参加費割引など特典もあります。年会費 1000 円です。詳しくは、くらなび（ふくい・くらしの研究所）まで。電話：0776-52-0626

