

目次

野菜とソーセージのテリーヌ

トウモロコシパン

サツマイモカップケーキ

紫芋のポタージュ

手作りミートソース

梨とブルーベリーの羊羹

直売で購入できる材料

・野菜とソーセージのテリーヌ:アスパラ、ニンジン、カラーピーマン

・トウモロコシパン:ポップコーン(デントコーンでも可)

ゆきちから(強力粉)

・サツマイモカップケーキ:きぬあずま サツマイモ

・紫芋のスープ:紫芋

・手づくりミートソース…カットトマト缶の代わりに湯剥きしたトマトをさいの目切りして入れてもおいしくなります。にんにく、ナス、ニンジンもミートソースに使用できます。

・梨とブルーベリーの羊羹…梨を使用できます。固めの梨がおすすめです。