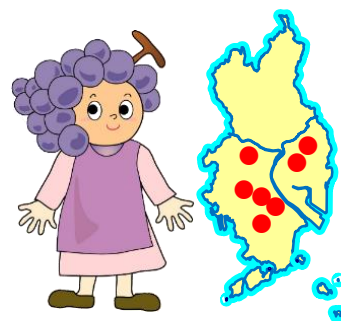


ふくやまの農林水産物を利用した地産地消メニュー



今回の食材は… **ぶどう**（沼隈町産ピオーネ）です！

「地産地消」とは、地域の食材をその地域で消費する（食べる）ことです。地域の農業や伝統的な食文化、豊かな自然環境を守り、継承することにつながります。

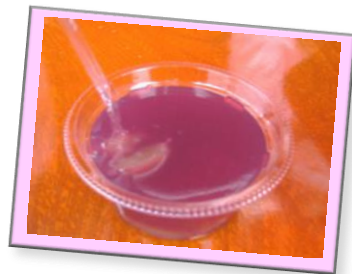


ぶどうゼリー

栄養価（1人分あたり） エネルギー：58kcal たんぱく質：1.4g 脂質：0.1g 食塩相当量：0.0g

材 料 《4人分》

- ぶどう（ピオーネ）・・・100g
- ぶどうジュース・・・200ml（1カップ）
- 粉ゼラチン・・・5g
- 砂糖・・・10g（大さじ1強）
- 水・・・50ml（1/4カップ）



作り方

- ① ぶどうは房から外し、よく洗い、皮をむく。
- ② 鍋に水・砂糖を入れ、ゼラチンをふり入れて、加熱しながら溶かす。
- ③ ②に①を加え、火をとおす。
- ④ あら熱をとり、ぶどうジュースを加える。
- ⑤ ④をカップに注ぎ入れ、冷蔵庫で冷やし固める。

旬のぶどうのおいしさがぎゅっとつまった
簡単に作れるゼリーです。
お好みに合わせて、砂糖の量を
加減してください。



ぶどう

出荷時期：6月上旬～10月末

- 産地：沼隈町、瀬戸町、赤坂町、熊野町、蔵王町、神辺町、駅家町
- 特徴：糖質、カリウムを多く含む。

福山市は県内一の栽培面積を誇り、雨が少なく日照量が多いため、糖度が上がりやすく、酸抜けがとても良いので、味が濃厚でとても美味しく特にニューベリーAはおすすりめです。



「毎月19日は食育の日」、「毎月29日はふくやま地産地消の日」の啓発で使用した“地元の食材を使用したレシピ”を紹介しています！