

# 紅花フェア2001

## オリジナル紅花料理コンテスト 奨励賞作品レシピ COOKING RECIPE

### 紅花香りパン

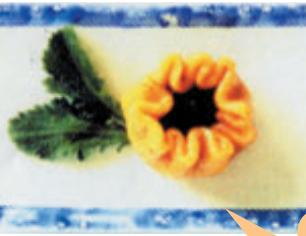
材料(4人分)  
 小麦粉…360g 塩…少々  
 紅花の花びら…4.8g バター…36g  
 紅花の葉…4.8g イースト…36g  
 砂糖…少々 牛乳…36g

- 1 紅花・小麦粉・砂糖・塩・バター・イースト・牛乳を12分間くらいミキサーで練る。紅花の葉も同様にする。
- 2 40分発酵させ、パンチングする。さらに30分間寝かす。
- 3 60gでカットし、さらに15分寝かせ、成形させる。
- 4 40分くらい発酵させる。
- 5 オーブンで15分くらい焼く。



#### 考案者ひとことPR

おおえ とも お  
**大江 知生さん (大学生)**  
とても良い香りのするパンです。



### 紅花だんご

材料(4人分)  
 上新粉…100g 熟湯…100cc  
 白玉粉…20g 水…20cc  
 紅花の花びら(乾燥)…30g あん…240g

考案者ひとことPR  
**矢萩 絵美子さん (高校生)**  
ほんとにきれいな黄赤色!! つい手にとりたくなってしまいます!

- 1 上新粉は熱湯でこねる。白玉粉は水を少しづつ入れて混ぜ、上新粉と合わせてこねる。
- 2 紅花は、熱湯でもどす。絞ってきざみ、すり鉢です。
- 3 1を数個に分け、透き通るくらいに約25分蒸す。蒸せたらすり鉢にとりよくつく。2の紅花を加え、さらについて平均に混ぜる。
- 4 皮とあんは、4等分に丸める。ぬらした左手のひらに皮を丸く延ばし、あんをのせて包む。

### 紅花おこわ

材料(4人分)  
 もち米…480g 塩…18g  
 青大豆(乾燥)…40g 醋…5cc  
 紅花の花びら(乾燥)…0.8g 白ごま…適量  
 水…500cc しょうがの絞り汁…5cc  
 みょうが…1個

- 1 鍋に洗って水気を切った紅花を入れ酢をかける。そして水を加え沸騰直前まで加熱する。
- 2 もち米は洗いざる上げをし、1に浸し、一晩おく。また、青大豆も洗い水に一晩浸しておく。
- 3 もち米はざるに上げ、紅花液と別にする。紅花液は、しょがが汁と塩を加え、打ち水にする。
- 4 蒸し器でもち米を10分蒸し、打ち水をし、さらに10分蒸し、打ち水をする。そして、青大豆をのせ、さらに10~15分蒸す。(豆はやわらかすぎない方が良い。)
- 5 蒸し上がったら、あら熱をとり、千切りにしたみょうがを混ぜ、白ごまをふる。

### べに花の里

材料(4人分)  
 長芋…400g 甘栗煮…中4個  
 枝豆…50g 紅花の花びら(熟湯でもどす)…大さじ1/2

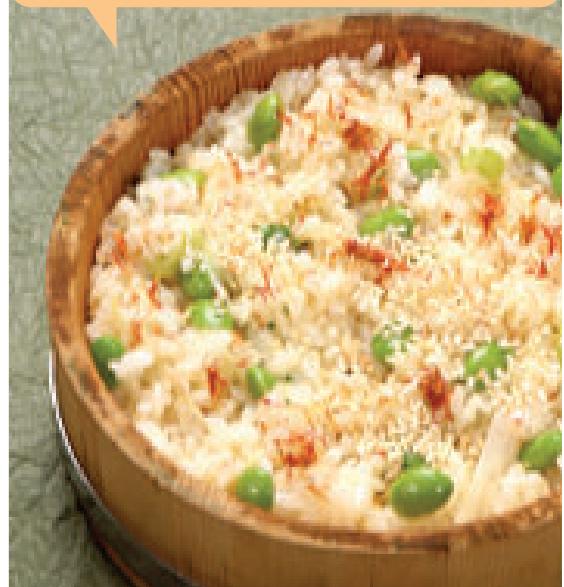
- 1 長芋の皮を厚めにむいて、大きめに切り電子レンジで6~7分間やわらかになるまで煮る。
- 2 1をつぶして熱い中に分量のAを入れて火にかけコクが出て照りがでるまで練る。
- 3 枝豆をゆでてさやから取り出し、薄皮をむいてすり鉢で荒めにつぶす。
- 4 2に3と紅花と甘栗煮(甘味をとる為、さつゆでこぼす)の一粒で~4等分したものを作り、パリュームを出し、ふくらうと盛り付ける。
- 5 紅花煙をイメージしたバーべーを皿の上に敷き、紅花(生花)を添えて盛り付け、出来上がり。



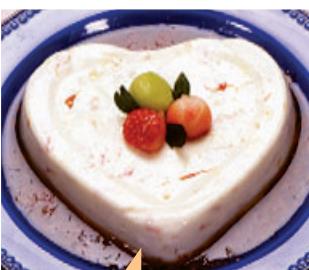
### 紅ブラマンジェ花

材料(4人分)  
 コーンスターク…30g 紅花の花びら(乾燥)…少々  
 砂糖…40g 牛乳…300cc  
 バニラエッセンス…少々 ソース…シロップ…適量  
 レモン汁…5cc

- 1 鍋にコーンスタークと砂糖を入れ、あたためた牛乳を少しずつ加えながら、木じゃくしでよくませる。
- 2 これを火にかけ、混ぜながら煮る。水にさらした紅花を入れ、沸騰したら火を弱くし、さらに2~3分よく煮る。
- 3 火からおろして、バニラエッセンスを加え、水で内側をぬらしたゼリー型に入れて冷やし、固める。
- 4 ソースに紅花を入れ、湯とレモン汁でいたソースを作る。
- 5 3を型から出して、ソースをかける。



考案者ひとことPR  
**八鉄 純子さん (高校生)**  
紅花の香りと色を楽しんで下さい。



### 紅花サンド

材料(4人分)  
 生地(小麦粉…200cc、卵…2個、塩…少々)…少々  
 高野豆腐…1個  
 塩…2g

- 1 高野豆腐はもどしておく。
- 2 1をよく絞り、濃いめのだし汁でよく煮る。
- 3 高野豆腐を鍋から出し、だし汁を煮つめて味を調える。
- 4 甘酢紅花を3に飾る。

### かぐや姫

材料(4人分)  
 たけのこの水煮…50g こんぶ…2g しょうゆ…小さじ1 飾り用にぎの葉…4枚  
 水…200cc 本だし…1.5g 寒天棒…1/3 紅花の花びら(乾燥)…小さじ1/2  
 かつおぶし…2g 塩…1.5g 金箔(あれば)…適量 醋…小さじ1/4

- 下準備
- 1 あらかじめ寒天棒を水に浸し戻しておく。  
2 紅花を2~3回水洗いし、酢に浸しておく。
  - 3 1を鍋に戻し入れ火にかけ、本だしを加え、かつおぶしを入れ、再び沸騰したら火をとめ、沈殿するのをまって、上ずみ液をふきんでこす。
  - 4 再び火にかけたけのこを入れ、2分程度煮て、紅花を加える。
  - 5 型に流し入れ、冷蔵庫で約1時間冷やし固める。
  - 6 固まつたら型から取り出し、4人分に切って、皿に笹を敷き、盛りつける。上から金箔をかけるとより良い。

#### 考案者ひとことPR

いの うえ あい  
**井上 愛さん (高校生)**

清涼感あふれ、夏のおもてなしなどにピッタリ!!



### 紅花の里のスパゲティ

材料(4人分)  
 スパゲティ…320g 塩・こしょう…少々  
 ベーコン…8枚 醋…大さじ1  
 トマト…2個 レタス…小玉1  
 レタス…(乾燥)…10g 紅花の花びら(乾燥)…10g  
 ニンニク…1かけ  
 紅花の葉…10枚位 オリーブオイル…大さじ3  
 フォーチーズ…適量 パルメザンチーズ…大さじ3  
 バジル粉…少々

考案者ひとことPR  
**三浦 美知子さん (自由業)**  
簡単にさっと作れて、ランチにピッタリです。



### 紅花ドレッシングサラダ

材料(4人分)  
 紅花油…大さじ4  
 小玉葱…1個  
 ビネガー…大さじ3  
 塩…小さじ2/3  
 紅花の花びら(乾燥)…大さじ1  
 セロリ…1/2本  
 レタス…4枚  
 黄ビーマン…1/4個  
 とりささ身…4本  
 海老…4尾  
 子葉はさと茹で、水にとる。

- 1 小玉葱はうすい輪切りにして水にさらして、水分をふく。
- 2 セロリはすじを取り、斜めうす切りにする。レタスは手でちぎる。黄ビーマンは乱切りにする。
- 3 ささ身は酒蒸しし、細くさく。海老は酢を入れ茹で、そのまま冷まし、後で殻をむく。
- 4 茄はすじを取り、斜めうす切りにする。レタスは手でちぎる。
- 5 Aを合わせる。
- 6 大皿に1~2~3~4を盛り合わせ、食べるとき紅花ドレッシングをかける。

### トースト・サフラワーバター

材料(作りやすい分量)  
 バター…100g レモン汁…少々  
 紅花の花びら(熟湯でもどす)…少々 食パン

- 1 レタスは、しんを取って水で洗い、手でちぎって水を切り、冷蔵庫に入れておく。
- 2 紅花は、さっと水で洗い、キッチンペーパーに入れて水を切り、酢大さじ1にからめて置く。
- 3 トマトは、洗って水を切り、がくにフォークをさし、火で焼き、皮をむき、水につけて、1cmの角切りにする。
- 4 スパゲティは、たっぷりのお湯に塩大さじ3を入れゆでる。
- 5 フライパンにベーコンを1cm角に切り、ニンニクのみじん切り、紅花の葉の千切りをいためる。
- 6 3と1を入れ、4を入れ、オリーブオイルを入れ、パルメザンチーズを振り、味をととのえて、皿に盛り、粉チーズを振る。



### 紅花づくし

材料(4人分)  
 甘酢紅花…大さじ1 みりん…小さじ1  
 紅花の葉…1枚 塩…少々  
 だだちゃ豆…60g 里芋…60g  
 砂糖…6g 小女子…大さじ1  
 白ごま…小さじ1 干わかめ…小さじ1  
 春巻きの皮…サフラン油…少々

考案者ひとことPR  
**宇都 久美子さん (教員)**  
山形の特産を最上川にそって利用した。長井市大石の高野豆腐、村山・最北の紅花、庄内のだだちゃ豆、そして山形を代表する里芋を取り入れた。和風の手法を活かし、彩りよく、山形を感じさせるように工夫した。

### じんだん紅花

材料(4人分)  
 甘酢紅花…大さじ1 みりん…小さじ1  
 紅花の葉…1枚 塩…少々  
 だだちゃ豆…60g 里芋…60g  
 砂糖…6g 小女子…大さじ1  
 白ごま…小さじ1 干わかめ…小さじ1  
 春巻きの皮…サフラン油…少々

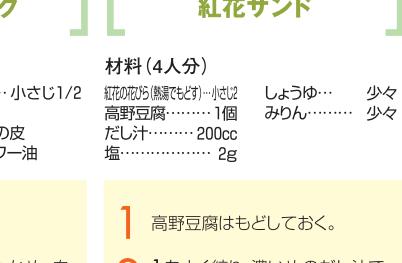
- 1 だだちゃ豆をゆで、ていねいに皮をむく。
- 2 1をすり鉢でよくすりつぶし、砂糖・塩・みりんで味を付ける。
- 3 2を茶巾に絞り、紅花型に形を整え、中央にくぼみをつける。
- 4 甘酢紅花を3に飾る。



### 紅花スティック

材料(4人分)  
 紅花の花…大さじ1/2 みりん…少々  
 高野豆腐…1個 塩…2g  
 味噌…200cc

- 1 高野豆腐はもどしておく。
- 2 1をよく絞り、濃いめのだし汁でよく煮る。
- 3 春巻きの皮を四つ切りにし、2を2をキャンディーのように包む。
- 4 サフラン油で色よく揚げる。



### 紅花サンド

材料(4人分)  
 紅花の花…大さじ1/2 みりん…少々  
 高野豆腐…1個 塩…2g  
 味噌…200cc

- 1 高野豆腐はもどしておく。
- 2 1をよく絞り、濃いめのだし汁でよく煮る。
- 3 春巻きの皮を四つ切りにし、2を2をキャンディーのように包む。
- 4 サフラン油で色よく揚げる。