

# 稲美町のなすを使ったお菓子の開発



なすでマフィン



私たちが作りました！



## 《野菜の育ち方》

夏の暑さに耐え、雨にも強く作りやすい野菜  
水を好む  
薄い紫色や白色の花が咲く  
受粉後、花が枯れ、実ができる



## 《野菜の栄養価》

ナスはカリウム、食物繊維が多い！

皮に「ナスニン」というポリフェノールが含まれている。

〈POINT〉 鮮度を保つには・・・？

☞ 収穫後はできるだけ早く新聞紙かラップにきっちり包み日陰で保存

## 《野菜の用途》

煮物、焼ナス、天ぷら、炒め物、漬物など。

⇒油によくあう！（揚げ物や炒め物）

## 《お菓子の工夫ポイント》

ナスが苦手な子でも食べられるように

ナスを甘〜く味付けして食べやすくしたカップケーキ。

ナスだけどナスじゃない！？を目指しました。

簡単に作れておいしい！！

