

かめっこクッキー

《材料》（15個分）

<フレーン生地>

・バター	40g
・砂糖	25g
・卵黄	1/2個分
・バニラオイル	数滴
・薄力粉	80g

<茶生地>

・バター	40g
・砂糖	25g
・卵黄	1/2個分
・バニラオイル	数滴
・亀山茶（粉茶）	5g
・薄力粉	75g



《ポイント》

- ・亀山市のシンボル「亀」と「お茶」を楽しめます。
- ・粉茶を使っているので、お茶の味が口の中でほのかに広がります。

《作り方》

1. フレーン生地を作ります。

- ① 室温に戻しておいたバターをボウルに入れ、泡だて器でクリーム状になるまで混ぜ、砂糖を加えてふんわりするまでよく混ぜます。
- ② 卵黄とバニラオイルを加えて、さらに混ぜます。
- ③ ふるった薄力粉を加えて、ゴムベラでできるようにさっくりと混ぜ、粉っぽさがなくなり、ひとかたまりになったら、ラップで包んで冷蔵庫に入れておきます。

2. 茶生地を作ります。

- ① ①～②は、フレーン生地と同じです。
- ③ ふるった★を加えて、ゴムベラでできるようにさっくりと混ぜ、粉っぽさがなくなり、ひとかたまりになったら、ラップで包んで冷蔵庫に入れておきます。

3. 1と2の生地を2時間ほど休ませたら取り出して、それぞれをめん棒で3mmぐらいの厚さにのぼします。

フレーンの生地は、星の型で抜いて、クッキングシートをしいた天板の上へ並べます。さらに、小さめの丸い型で抜いたものを亀の頭部分になる所へくっつけます。

4. 茶生地の方は、全体を包丁で格子模様にしじをつけ、丸い型で抜きます。それをフレーン生地の星型の上へのせます。つまようじの頭で、目の部分の穴をあけます。

5. 170℃に温めておいたオーブンで15分ほど焼きます。

亀山茶の
レシピ

亀やまー茶 ライスサンド

《材料》（3人分）

・ごはん	260g
・玉ねぎ	1/2個
・にんじん	60g
・生マッシュルーム	3個
・無塩バター	30g
・亀山茶（粉茶）	8g
・卵白	25g
・ホワイトソース	30g
・バーベキューソース	30g
・白ワイン	大さじ2
・粉チーズ	30g
・こしょう	少々
・塩	少々
・薄力粉	適量
・卵	適量
・パン粉	適量
・揚げ油	適量
・レタス	2枚
・カニ缶	1缶
・丸パン	3個
・マスタード	適量
・マヨネーズ	適量



《ポイント》

- ・バーベキューソースは、「ケチャップ」と「ウスターソース」を合わせたもので、代用できます。比率はお好みで。
- ・手作りパンに粉茶を入れて作り、はさんでもおいしいです。

《作り方》

1. 玉ねぎ、にんじんはみじん切り、マッシュルームはあらみじん切りにします。フライパンにバターを入れて熱し、玉ねぎ、にんじん、マッシュルームを炒めます。さらに、ごはんを加えて炒め、冷ましておきます。
2. ボウルに冷めた1とAを入れて、よく混ぜ合わせます。
3. 小判型に形を整え、中にカニ肉を入れます。
4. 3に、薄力粉、卵、パン粉の順に衣をつけて、180℃に温めた油で、きつね色になるように色よく揚げます。
5. パンを横半分にカットして、マスタードを塗ります。そこにレタス、コロッケ、マヨネーズの順にはさみます。

亀山茶の
レシピ

亀山茶

バナナジュース

《材料》（2人分）

- | | |
|-----------|-------|
| ・牛乳 | 500cc |
| ・亀山茶（粉茶） | 中さじ1 |
| ・バナナ | 1本 |
| ・メープルシロップ | 大さじ1 |



《ポイント》

- ・ 亀山茶にカテキン、メープルシロップにはカルシウムが入って、栄養満点！！
- ・ お茶が苦手な子にも、牛乳とバナナでまろやかになるので、飲みやすいです。

《作り方》

1. ミキサーに牛乳、粉茶、バナナ、メープルシロップを入れます。
2. ミキサーのスイッチを入れて混ぜます。
3. コップに注いで出来上がり。

亀山茶団子と たっぷり野菜の春雨スープ

《材料》 (2人分)

肉
だ
ね

・鶏ももミンチ	200g
・しょうが	1片
・亀山茶(茶葉)	大さじ1
・しょうゆ	小さじ2
・酒	小さじ1
・塩	少々
・こしょう	少々
・はくさい	1/8株
・大根	5cm
・にんじん	5cm
・しいたけ	2枚
・春雨	40g
・水	1L
・ウェイパー(中華スープの素)	大さじ1
・しょうゆ	大さじ1
・亀山茶(粉茶)	小さじ1/2
・塩	少々
・白ゴマ	お好み
・糸とうがらし	お好み



《ポイント》

- ・亀山茶の「茶葉」と「粉茶」を使っています。
- ・肉団子に「茶葉」を加えて香り豊かで栄養もそのまま食べられ、スープには「粉茶」でほんのりとお茶の風味が香ります。

《下準備》

- ・しょうがはすりおろす。
- ・はくさい・しいたけは5mm幅に切り、大根・にんじんは長さ5cm×幅5mmの拍子切りにします。

《作り方》

1. ボウルに肉だねの材料をすべて入れ、粘りが出るまでよく混ぜ合わせます。
2. 鍋に水、しいたけを入れて強火にかけます。
3. はくさい、大根、にんじんを耐熱容器に入れて、レンジで3分加熱します。
4. スープが沸騰したら、3の野菜を加えてひと煮立ちさせ、1の肉だねを丸めながら鍋に入れて、3分ほど煮ます。
5. 肉団子に火が通ったら、春雨、ウェイパー、しょうゆ、粉茶、塩を加えて味をととのえます。
6. 器によそい、お好みで白ゴマや糸とうがらしを添えます。

パリパリコロッケ

《材料》（1人分）

	・じゃがいも	中2個
	・ベーコン	8g
	・えび	4尾
	・しめじ	20g
	・玉ねぎ	50g
	・オリーブオイル	適量
	・塩	少々
	・こしょう	少々
A	・亀山茶（粉茶）	大さじ1
B	・亀山茶（粉茶）	大さじ1/2
	・粉チーズ	30g
	・そうめん	1束
	・薄力粉	適量
	・卵	適量
	・油	適量
タレ	・亀山茶（粉茶）	大さじ1
	・水溶き片栗粉	適量
	・水	40cc
	・めんつゆ	20cc



《ポイント》

- ・衣にそうめんを使うことで、パリパリ感をだしています。
- ・おんをかけると、より一層お茶の香りが楽しめます。

《作り方》

1. ジャがいもはゆでて、つぶします。
2. 玉ねぎはみじん切りにして、ベーコン、しめじはあらみじん切りにします。エビは殻をむいて、あらみじん切りにします。
3. フライパンにオリーブオイルを入れ、ベーコン、えび、しめじ、玉ねぎを加え、炒めます。
4. 1のじゃがいもに3を入れて、塩、こしょうで味をととのえます。
5. 4の生地を二つに分け、一つにはA、もう一つにはBを入れて、丸めます。小麦粉、卵、いただいたそうめんの順に衣をつけます。
6. 180℃の油で色よく揚げます。
7. 鍋に水、粉茶、めんつゆを入れて、ひと煮立ちさせます。火を消して、水溶き片栗粉を加え、とろみをつけます。