

いわての旬をいただきます!

# しあわせ レシピ

いわては美味しい食材の宝庫です。味わい豊かな食材を使って、楽しくクッキング。今回ご紹介するのは、一関市の特産「南部一郎かぼちゃ」を使ったスイーツのレシピ。クリスマスケーキとして手作りに挑戦してみませんか。

今号の食材

## 南部一郎かぼちゃ



一関市の「骨寺荘園(ほねでらしょうえん)地区」が特産品として育てている、ユニークな形のかぼちゃ。日本在来種(鶴首(つるくび)かぼちゃ)を改良したもので、収穫後に約1カ月、ハウスの中で風乾・追熟を行い甘さを引き出します。果肉はしっとりとして粘りがあり、鮮やかな黄色と強い甘みが特徴。お菓子から惣菜まで幅広く使え、生で食べることもできます。

### 材料

(約18×6cmのパウンド型1台分)

南部一郎かぼちゃを  
ペーストにしたもの ..... 120g  
無塩バター ..... 100g  
塩 ..... ひとつまみ  
きび砂糖 ..... 80~100g  
(かぼちゃの甘みで調節)  
卵 ..... 2個  
薄力粉 ..... 120g  
ベーキングパウダー ..... 6g  
ラム酒 ..... 大さじ1  
〔下準備〕

○オーブンは180℃に予熱しておく。  
○パウンド型にオーブンペーパーを敷き込んでおく。

### 作り方

- ① かぼちゃは洗って適当な大きさに切り、種と皮をそぎ取り、蒸し器で20分程かけて蒸す。熱いうちにザルなどでこして滑らかにしておく。
- ② 無塩バターをボウルに入れ、やわらかくなるまで室温に置く。塩ひとつまみを加え、泡立て器で混ぜる。きび砂糖を2~3回に分けて混ぜる。
- ③ ①のかぼちゃのペーストを②に加え、よく混ぜる。室温に戻し、溶きほぐしておいた卵を、3回に分けて生地に混ぜ入れる。
- ④ 薄力粉とベーキングパウダーを合わせて③のボウルにふるい入れる。泡立て器で生地をすくうように混ぜ、粉がよく混ざったらラム酒を加え、ヘラに持ち替えて滑らかになるまで混ぜ、型に入れる。
- ⑤ 予熱で温めたオーブンに入れ、170℃で45分程かけて焼き上げる。真ん中あたりに竹串を刺し、生地が付いてこなければ焼き上がり。一日寝かせて味を落ち着かせるとおいしさが増す。

※ご自宅のオーブンによって焼き上がりが変わりますので、焼き時間は調整してください。ケーキの粗熱が取れたら乾燥を防ぐためラップで包んでください。

### 〔レシピ監修〕

料理家: はしもと れな 橋本玲奈さん

盛岡市在住。飲食店のメニュー開発やケータリング、料理撮影のスタイリングなど、県内を中心に活躍中。

今号の  
レシピ

## 南部一郎かぼちゃの パウンドケーキ

## 表紙MEMO



生で食べられるほど新鮮でおいしい、マッシュルーム。地元の人たちや障がいを持った人たちの雇用の場にもなっています。

## 馬を真ん中に、循環型農業の輪を広げる!

「ジオファーム八幡平」は、競馬を引退した馬たちを引き取り、その馬ふん堆肥と温泉の地熱を使ってマッシュルームを育てています。栽培後の菌床は、肥料として放牧地や畑に再活用。馬と人との共生を目指しながら、循環型農業を確立しています。幼い頃から馬術競技に携わってきた代表の船橋慶延(よしのぶ)さんにとって、馬たちが安心して余生を送れる仕組みづくりは長年の夢でした。「引退馬が堆肥づくりを担うことで馬たちの新たな可能性も広がりますし、地域で馬ふん堆肥を活用する人も増え循環型農業の輪が広がっています」と語ります。