

むつ市のつまは日本!

か しゅう  
夏秋イチゴ(ペチカ)



上品な味わいの  
可愛らしいイチゴ



下北地域の夏季冷涼な気候が育てた夏秋イチゴ(ペチカ)。ケーキなどの業務用として、予冷出荷により採れたてのおいしさを消費者にお届けしています。

1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
					●						
					■						

● …旬

■ …流通

■ 産品問い合わせ先：十和田おいらせ農業協同組合むつ支店

TEL 0175-22-1315 / FAX 0175-22-1319

【HP】 <http://www.jatowada-o.or.jp/>

■ 制作：むつ市産業創造課

TEL 0175-22-1111

【むつ市HP】 <http://www.city.mutsu.lg.jp/>



# おつ市のつまは日本!

おつ市の料理研究家 坂本謙二先生の

## ムチュラン六つ星★レシピ



### 夏秋イチゴのサンドイッチ

#### 材 料

- 夏秋イチゴ…5個
- クリームチーズ…適量
- 食パン8枚切り
- バター…適量

#### 作り方

1. イチゴは洗って、布巾や紙タオルで、よく水分をふき、縦に薄くスライスします。5mm位の厚さが適当でしょう。
2. パンを薄く焦げ目がつくくらいのトーストにします。熱いうちにバターを薄く塗ります。
3. クリームチーズを耐熱容器に入れてラップをかけ、10秒程度電子レンジにかけます。ここでクリームチーズを柔らかくするのがポイントです。このチーズをトーストに均一に塗ります。
4. チーズを塗ったトーストの上に、1の薄切りにしておいたイチゴを隙間なく並べます。もう1枚のパンを重ね、全体を固く絞った清潔な布巾で包み、まな板を重しにして、最低でも30分おきます。好みで耳を切り、食べやすい大きさに切って盛りつけます。ラップやアルミ箔で

包んで冷蔵庫で冷やし、デザート感覚で食べてください。

5. 応用として、バナナ、煮たリンゴ、柿、半分に切ったマスカットなどもいいでしょう。私のサンドイッチ作りのポイントは、軽くトーストしてパンの形が崩れないようにしておくことと、しっかりと重しをして具材をパンと密着させることです。

### 夏秋イチゴとチーズのサラダ

#### 材 料

- クリームチーズ…適量
- 夏秋イチゴ…5個
- メロン…1/4切れ

#### 作り方

1. イチゴは洗って、布巾や紙タオルで、よく水分をふき、サイコロ状に切っておき、メロンもこれと同様に切っておきます。
2. クリームチーズは冷蔵庫で冷やしておき、なるべく細い刃のナイフでサイコロ状に切ります。
3. 1と2を、写真のように盛りつけます。