

“おうちハロウィン”を楽しもう

ハロウィンと言えばカボチャ！！



意外と知らないおいしいカボチャの見分け方は
「ランドマーク」と「種の大きさ」

“スイーツ好きのためのカボチャ”その名は『ロロン』！！

今年の夏も各地でお祭りが中止になる中、家の中で浴衣を着て、ヨーヨーすくいや的当てをしたり、縁日の屋台で定番の焼きそばやかき氷を作って食べたりと、「おうち縁日」を楽しんだ方が多かったようです。

ぜひ10月31日も、「おうちハロウィン」を楽しみませんか？

ハロウィンと言えばカボチャをイメージしますが、カボチャはホクホクした食感と、あっさりした甘さから女性を中心に人気で、世代を問わず愛され続けています。また、ビタミンやカロテン、カルシウムや鉄分などが豊富に含まれ栄養価が高く、その上保存がきくカボチャは昔から重宝されてきました。色々な料理にも使われ、カボチャの甘味をそのまま活かしたケーキやプリンなどスイーツにもぴったりの野菜です。



これからの季節はハロウィンや冬至でカボチャを食べる機会が多いと思います。「意外と知らないおいしいカボチャの見分け方」と、「一度食べたなら忘れられないイチオシのカボチャ品種」をご紹介します。

◆甘くておいしいカボチャの見分け方

①“ランドマーク”が目安

カボチャの皮にあるオレンジ色の斑点は傷んでいるように見えますが、実は“ランドマーク”と呼ばれるもので、カボチャが熟していることを示す目安になります。スーパーなどで緑色だけのカボチャと、オレンジ色の斑点のあるカボチャがあった場合は、ぜひオレンジ色の斑点があるものを選んでみてください。



ランドマーク

②カットされたカボチャは種に注目！

店頭で半分や 1/4 にカットされて販売されている場合は、**種が大きいものを選ぶ**とよいでしょう。

種はそのカボチャの熟し具合をあらわしています。
種が小さい＝未熟なカボチャである場合があります。
大きい＝甘くておいしい可能性が高い！！

おいしいカボチャは、「ランドマーク」と「種の大きさ」
ぜひカボチャを購入される際は、参考に見てみてください。



♡♡♡ スイーツ好きのためのカボチャ” その名は『ロロン』！！ ♡♡♡

カボチャの『ロロン』は、特においしさにこだわって開発した品種です。

●名前の由来

『ロロン』というお菓子のようなかわいらしい名前には、もっとみなさんにカボチャを食べてもらいたいという育成者の「ロマン」と、まるで「マロン」のような甘さとおいしさを持つことが由来です。『ロロン』のおいしさをたくさんの人に伝えたいという熱い思いが込められています。

●特長

高粉質で肉質がキメ細かく、滑らかな舌触りと上品な甘さが口いっぱいになり、一度食べたら忘れられない味わい深さを実現しました。
また、今までにないラグビーボール形というユニークな形の『ロロン』は、加工もしやすく、味にも見た目にも満足していただける品種です。



一度食べたら忘れられない！滑らかな舌触りの種甘カボチャ『ロロン』

今年のハロウィンも、カボチャを使った料理やお菓子を作ったり、仮装してみたり、おうちハロウィンを楽しみませんか♪



『カボチャの白玉』

【材料】

- ・かぼちゃ 60g、白玉粉 60g
- ・牛乳大さじ1 (水で代用可)

作ってみよう！カボチャのお菓子「カボチャの白玉」

【作り方】

- ①皮を剥いたかぼちゃを細く切る。かぼちゃを水にくぐらせ、耐熱容器に入れ、ラップをし、600W の電子レンジで3分加熱する
- ②水気を切り、熱いうちにかぼちゃをスプーンなどで潰す
- ③②のかぼちゃに白玉粉を入れ混ぜ合わせる
- ④牛乳を加え、耳たぶぐらいのやわらかさになるまでこねる
(かぼちゃの水分量が多いとべちゃっとなるので、その場合はキッチンペーパーに包んで寝かせると調節できます。)

★成型の仕方は、おばけは丸めて平たく潰して、しっぽをつまみ、目と口はつまようじでキズをつけたら完成。そのままだと顔が薄いので、つまようじであんこを目と口に詰めてできあがり！