

アレンジ レシピ集

日本大学生物資源科学部

食品ビジネス学科 産業社会学研究室 川手ゼミ3年



目次

- そのまんま緑みかん
- 緑みかんシロップ
- 摘果みかん

そのまんま緑みかん



ジョイファーム小田原・そのまんま緑みかんを用いたアレンジレシピ



料理名：油揚げのさっぱり煮

料理の説明（セールスポイント）：油揚げ、もも挽肉をつかい、ボリュームのある料理です。そのまんまみかんでさっぱりいただけます。



*材料（ 4人分）

油揚げ 2枚

若鶏もも挽肉 200g

★しょうゆ 小さじ1

★めんつゆ3倍濃縮 大さじ1

★そのまんまみかん 大さじ3

オリーブオイル 大さじ1

爪楊枝 4本

作り方

- 1.油揚げにお湯をかけて油抜きする。
- 2.油揚げを半分に切り中身を広げ袋状にする。
- 3.袋の中に50gずつもも挽肉を詰める。
- 4.爪楊枝で袋の上をとめる。
- 5.フライパンにオリーブオイルを入れる。
- 6.フライパンが熱されたら挽肉を詰めた油揚げを並べる。
- 7.両面に焼き目がついたら★を合わせたものを入れる。
- 8.煮詰めたら完成。

作成者名：小川 美紅

ジョイファーム小田原・そのまんま緑みかんを用いたアレンジレシピ



料理名：緑みかんのカルパッチョ

料理の説明（セールスポイント）：通常のカルパッチョよりも夏らしさを感じる緑みかんの酸っぱさを感じることができるひと皿です。また、生ハムを入れるで塩っぱさが加わり、より複雑な味わいを感じられます。



* 材料（2人分）

- ・ 鮪 4切れ
- ・ 真鯛 2切れ
- ・ サーモン 2切れ
- ・ カンパチ 2切れ
- ・ 生ハム 5枚
- ・ 大葉 2枚
- ・ 緑みかん 2切れ
- ・ オリーブオイル 大さじ2
- ・ レモン汁 小さじ2
- ・ そのまんま緑みかん 小さじ2
- ・ 砂糖 小さじ2
- ・ 塩 小さじ1

作り方

1. 鮪と真鯛、サーモン、カンパチは薄くそぎ切りする。
2. 皿に1と生ハムを綺麗に盛り付ける。
3. レモン汁小さじ2、そのまんま緑みかん小さじ2、砂糖小さじ2、塩小さじ1を混ぜ合わせる。
4. 混ぜ合わせた3とオリーブオイル大さじ2をかけ回す。
5. 最後に大葉と緑みかんを飾り付けたら完成。

作成者名：小澤優太

ジョイファーム小田原・そのまんま緑みかんを用いたアレンジレシピ



料理名： 爽やか緑みかんそうめん

料理の説明（セールスポイント）：白だしの優しい
味わいと、緑みかんの爽やかな香りと酸味が広がり、
見た目も涼しげなところがポイントです



*材料（2人分）

そうめん...2束

白だし...大さじ4

水...400ml

★そのまんま緑みかん...大さじ3~4

★オリーブオイル...大さじ1~2

★ハーブソルト...少々

薬味（大葉・すりごま・みょうが）など

緑みかん（今回はレモンで代用）

作り方

- 1.鍋に水を入れ、火にかける。沸騰したら白だしを加えて、味を確認し、調整する
- 2.そうめんを茹で、茹で上がったなら冷水に取り、ぬめりを取り水気を絞る
- 3.小さなボウルに★を入れ、タレをつくる
4. 器に麺を盛り、白だしスープを注ぐ
5. タレを回しかけ、薬味をのせる
- 6.最後に、輪切りにしたレモンをのせて完成

作成者名：神崎雅子

ジョイファーム小田原・そのまんま緑みかんを用いたアレンジレシピ



料理名：爽やかみかんすし酢

料理の説明（セールスポイント）：
食べる前と、食べた後にみかんの香りを堪能できます！



*材料（ 3 人分）

ご飯2合

そのまんま緑みかん大さじ2

お酢大さじ1

塩小さじ3分の2

作り方

- 1.そのまんま緑みかん、お酢、塩を混ぜ合わせる
2. 炊いたご飯に1の混ぜ合わせたものを入れる（少しづつ入れる）

完成

作成者名：久保優花

ジョイファーム小田原・そのまんま緑みかんを用いたアレンジレシピ



料理名：そのまんまミカンちらし寿司

料理の説明（セールスポイント）：

酢を使わずに「そのまんま緑みかん」を使い、酢飯風に仕上げることで、柑橘ならではの爽やかな香りとやわらかな酸味が広がり子どもから大人まで食べやすい味わいに仕上がります。さらに酢の代わりに果汁を使うことで自然な酸味と栄養もプラスされ、ビタミンCやポリフェノールを含むのも嬉しいポイントです。しいたけや人参、れんこんなどの野菜を取り入れた彩り豊かなちらし寿司は、見た目の華やかさと栄養バランスの良さを兼ね備え、食卓を明るくしてくれます。



*材料（1人分）

- ・米 1合
- ・そのまんま緑みかん 大さじ2
- ・絹さや 3枚
- ・卵 1個

A

- ・白だし 25ml
- ・干しいたけ 1個
- ・人参 30g
- ・れんこん 25g
- ・戻し汁 100cc
- ・水 100cc

作り方

1. 米は研いで30分ほど浸水させ、炊飯器でふっくらと炊き上げる。
2. れんこんは皮をむいて薄切りにし、酢水にさらす。
3. 人参は短冊切り、干しいたけはぬるま湯で20分ほど戻して薄切りにする。
4. 鍋に白だしとしいたけの戻し汁少々を入れ、れんこん・人参・しいたけを加えて中火にかけ、落とし蓋をして煮汁がほとんどなくなるまで煮含める。
5. 卵を溶いて薄焼き卵を作り冷ましてから細く切って錦糸卵にする。
6. 絹さやはさっと茹でて冷水に取り、筋を除いて斜めに切る。
7. ご飯が炊きあがったら一合よそい、「そのまんま緑みかん」大さじ2を加えて切るように混ぜ、煮た具材の半量を加えて軽く混ぜ合わせる。器に盛り、残りの具材と錦糸卵、絹さやを彩りよく飾って仕上げる。

作成者名：佐藤 星斗

ジョイファーム小田原・そのまんま緑みかんを用いたアレンジレシピ



料理名：緑みかん香る冷製茶わん蒸し

料理の説明（セールスポイント）：
緑みかんの爽やかな酸味と出汁の相性が抜群の茶わん蒸し。冷やすことで酸味が際立ちさっぱりとした味わいに！



* 材料（2人分）

・卵...1個

・白だし...大さじ1

・水...140ml

・そのまんま緑みかん...10ml

・椎茸...1個

・海苔...適量

・麩...4つ

・ネギ...適量

・三葉...適量

作り方

- 1.ボウルに卵を割り入れ溶く。
- 2.白だし、水、そのまんま緑みかんを加え混ぜる。
- 3.耐熱カップに2を半分に分けて入れ、切った椎茸、海苔、麩、ネギをトッピングする。(麩は水戻ししておく)
- 4.ふんわりラップをしてレンジで600w2分加熱し1分間蒸らす。（足りない場合は、10秒ずつ加熱）
- 5.ラップを外して三つ葉をのせたら完成！

作成者名：鈴木陽菜

ジョイファーム小田原・そのまんま緑みかんを用いたアレンジレシピ



料理名：ゴマみかん冷しゃぶ

料理の説明（セールスポイント）：
胡麻ドレッシングにそのまんま緑みかんを加えてさっぱりする味付けにしてみました。



*材料（ 2 人分）

豚薄切り肉（しゃぶしゃぶ用） 150g

野菜 お好きな野菜

・レタス 3枚

・ブロッコリースプラウト 10g

・オクラ 1本

・ニンジン 1/3本

・トマト 4個

ゴマだれ

・そのまんま緑みかん 大さじ1

・胡麻ドレッシング 大さじ2

・オリーブオイル 小さじ1

・塩 適量

作り方

1. 鍋に湯を沸かし、弱火で豚薄切り肉を茹でる。肉の色が変わったらザルに上げる。
2. 野菜はレタスは一口サイズに干切っておき、オクラ・ニンジンは柔らかくなるまで茹でて食べやすい大きさに切る。ブロッコリースプラウトは根っこの部分を切り食べやすい長さで切る。
3. ゴマだれは全て混ぜ合わせておく。
4. 野菜、肉を盛り付けてゴマだれをかける

作成者名：鷺見和

ジョイファーム小田原・そのまんま緑みかんを用いたアレンジレシピ



料理名：紅茶と緑みかんのベイクドチーズケーキ

料理の説明（セールスポイント）：生地とボトムの両方にそのまんま緑みかんを混ぜることで緑みかんの爽やかな酸味をより感じられるように仕上げた。酸味がチーズのコクを引き立て、紅茶を加えることで香りも楽しめる。



* 材料（2人分）（8.5cmココット型）

クリームチーズ	100g
てんさい糖	30g
卵黄(Mサイズ)	1個
生クリーム	100ml
薄力粉	大さじ1.5
そのまんま緑みかん	大さじ1
紅茶パウダー	1g
ボトム	
クッキー	30g
無塩バター	20g
そのまんま緑みかん	大さじ0.5

作り方

- 準備 クリームチーズは常温に戻しておく。無塩バターは電子レンジで10～20秒加熱して溶かしておく。オーブンは180℃に予熱しておく。
- 1.ボウルにクッキーを入れて麺棒で砕き、溶かし無塩バターを加えてよく混ぜる。
 - 2.型に1を入れて、スプーンの背で押し固め、冷蔵庫で10分程冷やす。
 - 3.別のボウルにクリームチーズ、てんさい糖を入れて混ぜ合わせる。
 - 4.卵黄を加えて混ぜ、なじんだら残りの材料を加え、泡立て器で混ぜ合わせる。
 - 5.2.に流し入れた後、空気を抜く。180℃のオーブンで40分焼き色がつくまで焼き、粗熱を取り、冷蔵庫で1日冷やし完成。

作成者名：中西 志穂

ジョイファーム小田原・そのまんま緑みかんを用いたアレンジレシピ



料理名： 緑みかんの香り際立つ 甘辛オレンジチキン

料理の説明（セールスポイント）：

口の中に緑みかんの風味が広がり、食欲をそそる甘辛ソースがポイント！いつものチキンとは一癖違う味わいに深みがある一品です。



*材料（2人分）

・鶏もも肉	1枚(300g)
・酒	大さじ1
・しょうゆ	大さじ1/2
・片栗粉	大さじ3
・サラダ油	適量
・グリーンリーフ	3枚

☆オレンジソース

・そのまんま緑みかん	70cc
・はちみつ	大さじ1
・しょうゆ	大さじ1
・おろししょうが	小さじ1/2
・おろしにんにく	小さじ1/2
・唐辛子（輪切り）	小さじ1
・片栗粉	大さじ1/2

作り方

- 1.鶏肉を一口大に切り、ボウルに入れて酒、しょうゆを加えてもみこむ。
- 2.片栗粉を加え、全体にまぶす。
- 3.鍋の底から2cm程度のサラダ油を入れて170℃に熱し、鶏肉を入れる。
- 4.上下を返しながらかくに火が通るまで中火で4～5分ほど揚げる。
- 5.フライパンに☆オレンジソースを入れて混ぜ、弱めの中火でとろみがつくまで混ぜながら2分ほど加熱する。4.の唐揚げを加えて全体に絡ませるよ うに混ぜる。
- 6.器にグリーンリーフを敷き、オレンジチキンを盛りつける。

作成者名：ニツ森敦月

ジョイファーム小田原・そのまんま緑みかんを用いたアレンジレシピ



料理名：緑みかんのクリームパスタ

料理の説明（セールスポイント）：クリームパスタなのに、緑みかんの酸味で重たくなりなく最後までさっぱり食べられます。ぷりぷりのエビとシャキシャキのアスパラガスで見た目も食感も楽しいパスタです。



* 材料（2人分）

パスタ	200g
牛乳	200ml
海老	6匹
アスパラガス	3本
モッツアレラチーズ	4粒
パセリ	少々
水	100ml
バター	10g
粉チーズ	お好み
顆粒コンソメ	小さじ2分の1
そのまんまみかん	大きじ1

作り方

- 1.アスパラガスを一口サイズに切り、エビの背わたをとっておく。
- 2.パスタを茹でる。
- 3アスパラガスとエビをバターで火が通るまで炒める。
- 4.③に牛乳を2回に分けて入れ、そのまんまみかんも入れフツフツする手前まで火にかける。
- 5.④に粉チーズとコンソメを入れ混ぜる。
- 6.⑤をゆでたパスタにからめて、モッツアレラチーズとパセリを乗せて完成。

作成者名：前川心路

ジョイファーム小田原・そのまんま緑みかんを用いたアレンジレシピ



料理名：緑みかんのパウンドケーキ

料理の説明（セールスポイント）：
緑みかんの酸味を生かしてさわやかなパウンドケーキです。



* 材料（18cmのパウンド型一台分）

・無塩バター 100g

・グラニュー糖 80g

・卵 2個

・アーモンドプードル 30g

・薄力粉 90g

・ベーキングパウダー 2g

・緑みかん果汁 20g

アイシング

・粉糖 80g

・緑みかん果汁 15g

・ピスタチオ

作り方

1. アーモンドプードル、薄力粉、ベーキングパウダーをあらかじめふるっておく。オーブンを170℃で予熱をしておく。型にオーブンシートをひいておく。
2. 無塩バターを常温に戻し、柔らかくなったらボウルに入れクリーム状になるまで混ぜ、グラニュー糖を入れ白っぽくなるまで混ぜる。
3. 2に溶いた卵を2回に分けて入れ、緑みかん果汁を入れ、1とゴムベラで混ぜ合わせる。
4. 型に流し込み、ゴムベラで中心をへこませて生地を両端に寄せる。
5. 170℃で40分程焼き、中央に竹ぐしを刺して生地がついてこなければ焼き上がり。
6. 粗熱が取れたら、粉糖と緑みかん果汁を合わせたアイシングを塗り、お好みでピスタチオ乗せて、乾いたら完成。

作成者名：松田遥奈

ジョイファーム小田原・そのまんま緑みかんを用いたアレンジレシピ



料理名：そのまんまネギ塩みかん

料理の説明（セールスポイント）：
みかんの酸っぱさの酸味とネギ塩の旨みと塩気が
絶妙にマッチ



*材料（ 2 人分）

鶏モモ肉 1枚

塩 少量

タレ

長ネギ 1束

そのまんま緑みかん 大さじ2.5

ごま油 大さじ2

鶏ガラ 小さじ2

胡椒 少量

塩 少量

作り方

1. 鶏モモ肉に少量の塩をかけて15分程度グリルで焼く。

〈タレ作り〉

1. ネギをみじん切り。

2. お皿にみじん切りしたネギ、ごま油、そのまんま緑みかん、鶏ガラ、胡椒、塩を入れてよくかき混ぜる。

3. 焼けた鶏モモ肉の上にタレをかけたら完成。

作成者名：松本佳奈江

緑みかんシロップ



ジョイファーム小田原・緑みかんシロップを用いたアレンジレシピ



料理名：夏のおやつを爽やかにゼリー&みかんティー

料理の説明（セールスポイント）：少し固めなゼリーにすることでしっかり満足感があります。紅茶に入れると甘みがつき、程よい酸味も加わります。



作り方

1. 50～70℃のお湯50mlにゼラチン1袋を溶かす
2. 溶けたらそこにみかんシロップ200mlを入れる
3. よく混ぜて冷蔵庫で冷やし固める（1時間程）
4. 固まったら包丁で1口大に切る
5. 皿に盛り付け、上に缶詰のみかんを飾ってゼリーの完成
6. 沸騰したお湯300mlにティーバックをいれる
7. 色が出たらそこにみかんシロップを50mlいれる
8. コップに注いだらみかんティーの完成

作成者名：小川 美紅

*材料（ 2人分）

みかんシロップ 200ml（ゼリー用）

ゼラチン 5g (1袋)

みかん缶詰 1缶

みかんシロップ 50ml（紅茶用）

アールグレイ 1パック

ジョイファーム小田原・緑みかんシロップを用いたアレンジレシピ



料理名：手羽中の照り焼きみかん風味

料理の説明（セールスポイント）：

手羽中の照り焼きの味付けに加え緑みかんシロップを加えること
によって酸味があり、より食べやすい手羽中となっています。



* 材料（2人分）

- ・手羽中 148g(6本)
- ・緑みかんシロップ 大さじ1
- ・サラダ油 大さじ1
- ・片栗粉 大さじ1
- ・醤油 大さじ1
- ・みりん 大さじ1
- ・白ごま 小さじ2

作り方

- 1.手羽中(6本)に片栗粉大さじ1を薄くまぶす。
- 2.緑みかんシロップと醤油、みりんを各大さじ1混ぜ合わせておく。
- 3.フライパンにサラダ油大さじ1を入れて、手羽中の皮目を下にして焼き目が付くまで中火で焼く。焼き目が付いたら裏に返し、火が全体に通るまで5分程度焼く。
- 4.混ぜ合わせておいた2の調味料を入れ、照りが出るまで煮絡める。
- 5.最後に白ごまを小さじ2かけて完成。

作成者名：小澤優太

ジョイファーム小田原・緑みかんシロップを用いたアレンジレシピ



料理名：緑みかんパンナコッタ

料理の説明（セールスポイント）：
パンナコッタの甘みと、緑みかんシロップの爽やかさ、見た目の爽やかさと可愛さがポイント



* 材料（2人分）

牛乳...150ml

砂糖...20 g

蜂蜜...大さじ1

ゼラチン...4 g

水...大さじ2（ゼラチン用）

緑みかんシロップ...大さじ2~3

キウイフルーツ...お好みの量

★緑みかんシロップ...大さじ3~4

ゼラチン...2 g

水...大さじ1（ゼラチン用）

作り方

- 1.ゼラチンを水でふやかす
- 2.牛乳と砂糖を鍋に入れ、弱火で温め、砂糖を溶かす
- 3.火を止め、ふやかしたゼラチンと蜂蜜を加え、よく混ぜて完全に溶かす
- 4.容器に流し入れ、冷蔵庫で2~3時間冷やす

★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★

- 5.ゼラチンを水でふやかす
- 6.緑みかんシロップを弱火で温め、火を止め、ふやかしたゼラチンを溶かす
- 7.先に固めたパンナコッタの上に緑みかんシロップのゼラチンを流し込み、緑みかんシロップの層を作り、冷やし固める
- 8.キウイフルーツをカットし上にのせて完成

ジョイファーム小田原・緑みかんシロップを用いたアレンジレシピ



料理名： みかん漬けマグロ

料理の説明（セールスポイント）：
食べるとほのかにみかんの香りと味
を楽しめます



*材料（ 3人分）

マグロ300g

緑みかんシロップ大さじ1.5

醤油小さじ1.5

みりん小さじ1

酒小さじ1

作り方

1. マグロをそぎ切りする
2. 緑みかんシロップ、醤油、みりん、酒を混ぜ合わせる
3. 切ったマグロをタッパーに詰めて、2の混ぜ合わせたものを入れる
4. 冷蔵庫で冷やす
5. 盛り付けて完成

作成者名：久保優花

ジョイファーム小田原・緑みかんシロップを用いたアレンジレシピ



料理名：チキン南蛮風オレンジチキン～タルタルソース添え～

料理の説明（セールスポイント）：

緑みかんシロップの爽やかな酸味と香りが広がり、にんにくと生姜の香味が効いた食欲そそる唐揚げです。ジューシーなのに後味は軽やかで、ごはんにもお酒にもよく合います。レタスを添えることで彩りもよく、見た目にもさわやかな一品に仕上がります。

*材料（2人分）

・鶏もも肉…300g

・塩・こしょう…適量

・片栗粉…大さじ2

・揚げ油…適量

ソース

・緑みかんシロップ…30ml

・しょうゆ…大さじ2

・みりん…大さじ1

・すりおろしにんにく…小さじ1

・すりおろししょうが…小さじ1

タルタルソース

・マヨネーズ…大さじ4

・ゆで卵…2個

・玉ねぎ…1/4個

・そのまま緑みかん…大さじ1

付け合わせ

レタス…30g 緑みかん…1個



作り方

1. 鶏もも肉は一口大に切り、塩こしょうをふって下味をつけ、片栗粉をまぶします。
2. 鍋に揚げ油を入れて180℃に熱し、鶏肉を5分ほど揚げて油を切ります。
3. フライパンに緑みかんシロップ、しょうゆ、みりん、すりおろしニンニク、すりおろし生姜を入れて中火にかけ、沸騰したら1分ほど煮立てます。
4. 揚げた鶏肉を加えて全体にソースを絡めます。
5. 玉ねぎはみじん切りにし、水にさらして水気をきる。
6. 玉ねぎを入れ、ゆで卵を大きめにくずしながら、そのまま緑みかん、マヨネーズを加えてさっと和える。
7. ちぎったレタス、緑みかんを皿に敷き、鶏肉を盛り付けタルタルソースをかけて完成です。

作成者名：佐藤 星斗

ジョイファーム小田原・緑みかんシロップを用いたアレンジレシピ



料理名： 緑みかんのさくふわケーキ

料理の説明（セールスポイント）：
外はさくさく、中はふわふわの食感
抜群のケーキ！みかんの風味とやさ
しい甘さが魅力。



* 材料（6人分）

A

- ・ 砂糖...40g
- ・ 無塩バター...70g

B

- ・ 卵...2個
- ・ 緑みかんシロップ...40ml

- ・ ホットケーキミックス...200g

作り方

- 1.常温に戻したAを混ぜ合わせる。
- 2.Bを加えて混ぜ合わせる。
- 3.ホットケーキミックスを加え、切るように混ぜる。
- 4.型(18cm×18cm)に流し入れ170度で予熱したオーブンで15分焼く。
- 5.竹串を刺して生地がついてこなかったら余熱を取り型から外す。
- 6.カットして完成！

作成者名：鈴木陽菜

ジョイファーム小田原・緑みかんシロップを用いたアレンジレシピ



料理名：ハチミツみかん

料理の説明（セールスポイント）：酸味を活かしてハチミツれもんでなく緑みかんシロップを使用してみました。簡単においしく飲むことができます。



*材料（ 2 人分）

緑みかんシロップ 大さじ4

ハチミツ 大さじ2

水 または 熱湯 300ml

作り方

1. 緑みかんシロップとハチミツをグラスに入れてアイスの場合は水、ホットの場合は熱湯を入れる軽く混ぜる。

作成者名： 鷲見和

ジョイファーム小田原・緑みかんシロップを用いたアレンジレシピ



料理名：濃厚さわやか！

緑みかんのちょっぴり贅沢パナコッタ

料理の説明（セールスポイント）：

緑みかんシロップのさっぱりとした甘さと濃厚なパナコッタが合わさって緑みかんのさわやかさと甘みを楽しめるデザートになります。お好みで摘果みかん果汁をプラスすると、より緑みかんの香りと酸味が感じられるのでおすすめです！

*材料（2人分）

パナコッタ

・生クリーム	100cc
・牛乳	75cc
・砂糖	大さじ2
・粉ゼラチン	3g
・水（ゼラチン用）	大さじ1

オレンジゼリー

・摘果みかん(搾り果汁)	1/2個（お好みで）
・緑みかんシロップ	100cc
・砂糖	大さじ2
・粉ゼラチン	3g
・水（ゼラチン用）	大さじ1

飾り

・摘果みかん	1/4個
--------	------



写真

作り方

- 1.ボウルに入れた水に粉ゼラチンを入れて、ふやかす。
- 2.鍋に生クリーム、牛乳、砂糖を入れて混ぜながら中火で加熱し、小さな泡が出てきたら火を止めて、ふやかしたゼラチンを加え、よく溶かす。
- 3.器の半分くらいまで2を流し入れて冷蔵庫で1時間以上冷やし固める。
- 4.【オレンジゼリー用】ボウルに入れた水に粉ゼラチンを入れて、ふやかす。
- 5.鍋に摘果みかんの搾り果汁、緑みかんシロップ、砂糖を入れて混ぜながら沸騰するまで中火で加熱し、火を止めて粗熱をとる。
- 6.ふやかしたゼラチンを加え、よく溶かして氷水に当てて混ぜながら冷ます。
- 7.パナコッタに6を流し入れて冷蔵庫で1時間以上冷やし固める。
- 8.お好みで摘果みかん(ミント等でも可)を飾る。

作成者名：二ツ森敦月

ジョイファーム小田原・緑みかんシロップを用いたアレンジレシピ



料理名：緑みかんのとろけるレアチーズケーキ

料理の説明（セールスポイント）：緑みかんシロップを使って季節を問わず一年中食べられるようにレアチーズケーキにしてみました。オーブン要らずで簡単に作ることができます。緑みかんの爽やかさがあつ、濃厚で食べ応えのあるレアチーズケーキです！



* 材料（2人分）（18cm型）

ビスケット	70g
生クリーム	200g
クリームチーズ	200g
無塩バター	40g
砂糖	70g
ゼラチン	8g
水	大さじ2
緑みかんシロップ	大さじ3

作り方

- 1.ビスケットを袋に入れ、塊がなくなるまでに粉々にする。
- 2.600w20秒で加熱したバターをビスケットの袋に入れ、馴染ませる。
- 3.ラップを敷いた型に入れ、30分冷蔵庫で冷やす。
- 4.常温に戻したクリームチーズをクリーム状になるまで混ぜ、生クリームと砂糖を加え、混ぜる。
- 5.容器に水（ゼラチン用）をいれ、ゼラチンを振り入れてふやかし、④に加える。
- 6.⑤を型に流し込み、3時間冷蔵庫で冷やして完成。

作成者名：前川心路

ジョイファーム小田原・緑みかんシロップを用いたアレンジレシピ



料理名：緑みかんとヨーグルトのゼリー

料理の説明（セールスポイント）：緑みかんの色と程よい酸味を生かして簡単に作れて、見た目もかわいらしいものを作りました。



*材料（ 4 人分）

・緑みかんゼリー

・緑みかんシロップ 40ml

・水 100ml

・ゼラチン 3g

・ヨーグルトゼリー

・プレーンヨーグルト 50g

・牛乳 100g

・ゼラチン 3g

・キウイ(好みのフルーツでOK！)

作り方

1. 緑みかんシロップと水を耐熱ボウルにいれ、電子レンジで500w1分30秒温める。ゼラチンを入れ溶かし、ガラス容器にに分けて入れ、1時間程冷蔵庫で冷やす。
2. プレーンヨーグルトと牛乳を耐熱容器に入れ電子レンジで500w2分温め、ゼラチンを入れて溶かす。
3. 冷やしていた容器にヨーグルトゼリーをそれぞれ入れて2時間ほど冷やす。
4. キウイを小さく角切りにし、少量の緑みかんシロップ(分量外)とあえ、トッピングする。

作成者名：松田遥奈

ジョイファーム小田原・緑みかんシロップを用いたアレンジレシピ



料理名： 緑みかんアイシングクッキー

料理の説明（セールスポイント）：

クッキーの中に少量の緑みかんをいれて、さらに味を強調するために、クッキーの上にかけるアイシングにも入れていること。プラス風味もUP



*材料（ 3人分）

クッキーの材料

ホットケーキミックス 150g

バター 45g

牛乳 20ml

緑みかんシロップ 15ml

アイシングの材料

粉糖 25g

緑みかんシロップ 10ml

作り方

- 1.ボウルにバターを入れてレンジで15秒程度温め、柔らかくし軽く混ぜる。
- 2.オーブンを180度に予熱する。
- 3.バターが入っているボウルにホットケーキミックス、牛乳、緑みかんシロップを入れて混ぜてまとめる。
- 4.正方形に整えて、9等分に分けて形を整える。
- 5.180度で18分程度焼く。

アイシング作り

- 1 粉糖に緑みかんシロップを5mlを最初に入れて混ぜる。
- 3.残りの緑みかんシロップを少しずつ入れてよくかき混ぜる（一気に入れすぎると塊になってしまうから注意）。
- 4 お好みでクッキーの上にかけたら完成。

作成者名：松本佳奈江

ジョイファーム小田原・緑みかんシロップを用いたアレンジレシピ



料理名： 緑みかん香るさっぱりラッシー

料理の説明（セールスポイント）：

インドでは定番の飲み物ラッシー。爽やかな緑みかんの風味と優しい甘味になっています。混ぜるだけで作れる簡単レシピです。

材料は飲むヨーグルト、牛乳、緑みかんシロップのみです。冷たく冷やしてお召し上がりください！



*材料（ 1 人分）

飲むヨーグルト（プレーン）	75g
牛乳	75g
緑みかんシロップ	大きじ1
氷	適量

作り方

- ・ コップに材料をいれ、混ぜ合わせたら完成。

※飲むヨーグルトではなくヨーグルトで作る場

合は緑みかんシロップの分量を調節して下さい

作成者名：百瀬大二郎

摘果みかん



ジョイファーム小田原・摘果みかんを用いたアレンジレシピ



料理名： 爽やかクリームディップソース

料理の説明（セールスポイント）：爽やかな酸味の摘果みかんとクリーミーポーション（クリームチーズ）をあわせ、自然な甘みを出すためはちみつを少し入れました。パンやクラッカー、サラダに入れても美味しいです。



*材料（ 1 人分）

摘果みかん 1個

KIRIクリーミーポーション（ポーシオンタイプ
16.3g） 1個

はちみつ 小さじ半分

作り方

- 1.摘果みかんの皮と薄皮を剥き、実だけにする。
- 2.クリーミーポーションと摘果みかんの実、はちみつを和えて完成

作成者名：小川 美紅

ジョイファーム小田原・摘果みかんを用いたアレンジレシピ



料理名：ねぎ塩豚バラ摘果みかん風味

料理の説明（セールスポイント）：ねぎ塩に摘果みかんとレモン汁を入れることで食べやすく、さっぱりした料理です。



* 材料（2人分）

・ 豚肉

・ 長ネギ3分の1本

・ サラダ大さじ1

・ 塩 小さじ2

・ こしょう 小さじ2

・ 摘果みかん 1個

・ レモン汁 小さじ1

作り方

1. 豚バラをひと口サイズに切り、長ネギは細かく押し切りする。
2. フライパンにサラダ油大さじ1を入れ、豚肉を焼く。
3. 豚肉が焼けたら長ネギを入れる。
4. 塩小さじ2とこしょう小さじ2、レモン汁小さじ1と摘果みかん1個分を絞り混ぜ合わせる。
5. ネギが柔らかくなったなら混ぜ合わせた4を入れる。
6. 最後に出来上がったものをお皿に盛り、摘果みかんの輪切りをのせて完成。

作成者名：小澤優太

ジョイファーム小田原・摘果みかんを用いたアレンジレシピ



料理名： 緑みかんのコンソメジュレ

料理の説明（セールスポイント）：
透明感のあるジュレが、料理に清涼感や彩りになる。油を使った料理は酸味と口当たりをさっぱりとさせてくれるところがポイント



*材料（ 3 人分）

・水（加熱用）...200ml

・顆粒コンソメ...小さじ1

・緑みかん...3つ
（果汁...大さじ2）（削った皮...小さじ2）

・ゼラチン...5g

・水（ゼラチン用）...30ml

作り方

1. 緑みかんをよく洗い、水気を取る。おろし金で皮を削る。緑みかんをカットして果汁を絞る。
2. ゼラチンを水でふやかしておく。
3. 鍋に水と顆粒コンソメを入れ、コンソメが溶けるまで温める。
4. 火を止め、ふやかしたゼラチンを鍋に入れ手よく溶かす。削った緑みかんの皮を入れる。
5. 粗熱を取り、緑みかん果汁を加える。バットに流し入れ、1時間冷やし固める。
6. フォークで軽く崩して完成。

作成者名：神崎雅子

ジョイファーム小田原・摘果みかんを用いたアレンジレシピ



料理名: 摘果みかんを使ったさっぱり塩焼きそば

料理の説明(セールスポイント):

摘果みかんの爽やかな酸味をアクセントに効かせた、さっぱりとした塩焼きそばです。豚バラの旨みと香ばしい「ねぎ油」が麺全体に絡み、コクがありながらも後味は軽やか。キャベツやもやし、ニラなどのシャキシャキ野菜がたっぷり入り、ボリューム感がありながらも食べ疲れしません。仕上げに加える摘果みかんの果汁が全体をキュッと引き締め、食欲をそそる爽やかな香りと酸味を楽しめます。

*材料(1人分)

・焼きそば麺 … 1玉(150g)

・豚バラスライス … 約45g

・キャベツ … 約50g

・ねぎ … 約20g(斜め薄切りで1/4本くらい)

・ニラ … 約15g

・もやし … 約30g

・ごま油 … 小さじ1(約5g)

・揚げ葱がザクッと香ばしい食べるねぎ油 … 大さじ1

・塩 … 4振り

・ブラックペッパー … 適量

・にんにくチューブ … 1cm

・酒 … 大さじ1

・摘果みかん … 1/2個



作り方

1. 下ごしらえキャベツは食べやすい大きさに切る。ねぎは斜め薄切り、ニラは4~5cm幅に切る。もやしは水気を切る。摘果みかんは半分を果汁に絞る。
2. 豚バラスライスは食べやすい大きさに切る。
3. フライパンにごま油を熱し、にんにくチューブ・豚肉を入れて中火で炒める。肉に火が通ったらキャベツとねぎを加えて炒める。
4. 全体に油が回ったら焼きそば麺を加え、酒大さじ1をふってふたをし、2分ほど蒸し焼きにする。
5. ふたを外し、麺をほぐす。ニラ・もやしを加えてさっと炒め合わせ、塩・ブラックペッパー・「食べるねぎ油」を加える。
6. 火を止めてから摘果みかんの果汁を回しかけ、全体を和える。

作成者名: 佐藤 星斗

ジョイファーム小田原・摘果みかんを用いたアレンジレシピ



料理名：緑みかん胡椒

料理の説明（セールスポイント）：
柚子胡椒のようなピリ辛調味料で緑
みかんの酸味と程よい塩味が合っ
てさわやかでおいしい。



* 材料（5人分）

・ 緑みかんの皮...5個分

・ 鷹の爪...15g

・ 塩...15g

作り方

1. 緑みかんの皮と鷹の爪をみじん切りにする。
2. 塩を加えてよくすり混ぜる。
3. 完成！

作成者名：鈴木陽菜

ジョイファーム小田原・摘果みかんを用いたアレンジレシピ



料理名：摘果みかんのドライフルーツ

料理の説明（セールスポイント）：
そのまま食べてたり紅茶に乗るのにも使えるドライフルーツにしてみました。



*材料（ 2 人分）

摘果みかん	8枚
砂糖	大さじ6
はちみつ	大さじ2
水	100g

作り方

- 1.摘果みかんはよく洗いスライスする。
- 2.鍋に水、砂糖、はちみつを入れ弱火にし、砂糖が溶けたら摘果みかんを入れ煮汁がなくなるまで煮る。
- 3.オーブンシートに摘果みかんを並べて100℃のオーブンに一時間入れて水分をとる。途中ひっくり返す。
- 4.部屋で乾燥させる。

作成者名：鷺見和

ジョイファーム小田原・摘果みかんを用いたアレンジレシピ



料理名：摘果みかん香る 鮭ときのこのホイル焼き

料理の説明（セールスポイント）：ホイルを開けた瞬間に広がる香りが食欲をそそる。仕上げに加えた摘果みかんのほのかな酸味が、バターと醤油ベースの味付けと相性抜群で、ご飯もすすむ一品です。



* 材料（2人分）

鮭	2切れ
塩こしょう	少々
摘果みかん	1個
しめじ	45g
えのき	45g
まいたけ	25g
(A) しょうゆ	大さじ1
(A) 酒	大さじ1
有塩バター（味付け用）	10g
有塩バター（仕上げ用）	10g

作り方

1. 鮭の両面に塩こしょうをふって、10分置く。
2. 摘果みかんを2等分にする。
3. 摘果みかんの半分をくし切りにし、残りの半部分を輪切りにする。
4. しめじ、えのき、まいたけの石づきを切り落とししたら、えのきは二等分に切り、それぞれ食べやすい大きさに割く。
5. アルミホイルを半分に折り、四つ角を立てて折って受け皿を作る。
6. アルミホイルを敷き、5.を乗せたら、1.と4.を乗せ、(A)をかけて味付け用のバターを乗せる。調味料がこぼれないように丁寧に包み、トースターで10分加熱する。
7. アルミホイルを開いて輪切りにした摘果みかんを乗せ、蒸す。
8. 仕上げ用バターを乗せたら完成。お好みでくし切りにした摘果みかんを絞る。

作成者名：中西志穂

ジョイファーム小田原・摘果みかんを用いたアレンジレシピ



料理名： ~緑みかんの風味漂う~
焼き厚揚げの緑みかん味噌がけ

料理の説明（セールスポイント）：

まろやかな味噌に緑みかんのふわっと香る風味と酸味がアクセントになって、いつもの味噌よりさらに奥深い味わいになります。このレシピでは厚揚げを使用しましたが、魚の味噌煮やナスと味噌だれを合せるなど、幅広い料理に使えるため、ぜひお好みのアレンジ方法で試してみてください。



* 材料（2人分）

・厚揚げ 1枚（200gくらい）

・サラダ油 少々

【緑みかん味噌だれ】

・白味噌 大さじ2

・みりん 大さじ1

・砂糖 小さじ1

・緑みかん果汁 大さじ1

・緑みかんの皮（すりおろし） 少々

・水 大さじ1

【お好みで仕上げ】

・青ネギ（小口切り） 適量

・白ごま 適量

作り方

- 1.小鍋に白味噌・みりん・砂糖・水を入れ、弱火で混ぜながらなめらかにする。
- 2.火を止めてから緑みかん果汁を加え、皮のすりおろしを少し混ぜる。
(注意：熱い状態のままだと果汁の香りが飛ぶため必ず火を止めてから加える)
- 3.厚揚げの表面の油をキッチンペーパーで軽く拭き、フライパンで1分間ずつ両面に焼き色をつける。
- 4.焼いた厚揚げを食べやすい大きさに切って皿に並べる。
- 5.厚揚げに緑みかん味噌だれをかける。
- 6.お好みで青ねぎ・白ごまを散らして完成。

作成者名：二ツ森敦月

ジョイファーム小田原・摘果みかんを用いたアレンジレシピ



料理名：秋の味覚たっぷり摘果みかん炊き込みご飯

料理の説明（セールスポイント）：

きのこやごぼうなど秋を感じるような食材を使っている為、今の季節にピッタリな炊き込みご飯になっています。また、摘果みかんも沢山使用している為、さっぱりと仕上げ、飽きずに最後まで食べることができます。また、炊飯器で出来るので簡単に作れます！



作り方

- 1.お米をといで、ザルにあげておく。2.ごぼうとにんじんを皮を剥いて、千切りにする。摘果みかんは15g絞っておく。盛り付け用の摘果みかんと青ネギは輪切りにする。
- 3.しめじは石づきを切り離し、手で小房に分ける。鶏もも肉は、1cm角に切る。4.炊飯器に米を入れ、①を入れる。炊飯器の2合の目盛りまで水を入れる。5.ごぼう、にんじん、しめじ、鶏もも肉を入れて炊飯する。6.炊き上がったら、青ネギと輪切りの摘果みかんを乗せて完成。

作成者名：前川心路

*材料（2人分）

お米	2合
しめじ	20g
鶏もも肉	80g
ごぼう	4分の1本
にんじん	4分の1本
①醤油	大さじ2.5
①みりん	大さじ2
①料理酒	大さじ2
①砂糖	小さじ2
①鶏ガラスープの素	小さじ2
①摘果みかん	15g
青ネギ	少々
摘果みかん（盛り付け用）	お好みの量

ジョイファーム小田原・摘果みかんを用いたアレンジレシピ



料理名： 緑みかんヨーグルトムース

料理の説明（セールスポイント）：
緑みかんの酸味とヨーグルトと生クリームのまろやかさが絶妙に
マッチしているところ。ムースのふわっとした食感が楽しめる。



*材料（ 2 人分）

プレーンヨーグルト 100g

生クリーム 100ml

砂糖 30g

緑みかん 3個

ゼラチン 5g

水 大さじ2

作り方

- 1.飾り用として、緑みかんを三角形に2切れに切り分けておく。
- 2.残りの緑みかんを搾る。
- 3.ヨーグルト、砂糖、搾った緑みかん汁（大さじ2）を合わせてよく混ぜる。
（残りの搾った緑みかんの汁は残しておく）
- 4.生クリームを7分立てに泡立てる。
- 5.泡立てた生クリームに3を入れて混ぜる。
- 6.ゼラチンに水を加え、600wで30秒加熱する。
- 7.温めたゼラチンを5に入れてかき混ぜる。
- 8.容器に流し入れて、2時間冷やす。
- 9.冷えたら飾り用の緑みかんと残しておいた緑みかん汁を乗せて完成。

作成者名：松本佳奈江

ジョイファーム小田原・摘果みかんを用いたアレンジレシピ



料理名：摘果みかんといちじくのジャム

料理の説明（セールスポイント）：
みかんの酸味と、イチジクのほんのりした甘さがマッチするジャムです。パンに乗ったり、カナッペにしたりとアレンジも！



*材料（ 人分）

摘果みかん 2個

いちじく 3個

砂糖 150g

そのまま緑みかん 大さじ1

作り方

1. 摘果みかんを良く洗い、細切りにする。
2. 鍋に湯を沸かし、三分ほどゆでて、水気を切る。同様に三回繰り返して水気を切っておく。
3. 鍋に摘果みかん、砂糖、緑みかん、一口大に切ったイチジクを入れ、中火で熱し、とろみがつくまで混ぜる。
4. 適量を瓶に入れて完成

作成者名：松田遥奈

ジョイファーム小田原・摘果みかんを用いたアレンジレシピ



料理名：バターと摘果みかん香るブリのムニエル

料理の説明（セールスポイント）：皮はパリッと香ばしく、身は外側のカリッと中はジューシー。摘果みかんの爽やかな風味とバターのコクとしょうゆの香ばしさを活かした摘果みかんバターしょうゆソースをたっぷりつけてお召しあがりください。



*材料（1人分）

ブリの切り身...1切れ

塩...少々

小麦粉...適量

オリーブオイル...大さじ1

バター...15g

ソース

しょうゆ...小さじ2

摘果みかん...1/2個分

バター...10g

作り方

1. 鮭の両面に塩をふり、10分おき、水気をふき取る
2. 鮭に小麦粉をまんべんなくまぶす
3. 冷たいフライパンにオリーブオイルを入れ、皮目から入れ、弱火でじっくり火を通す
4. バターを加え、すくってかけながら焼く
5. 取り出して、バターをいれソースをつくる
6. 十分に溶けたら、醤油、摘果みかんを絞り入れる

作成者名：百瀬大二郎