

## 【菜菜スイーツ】目次

“菜菜スイーツ”はこんなお菓子  
野菜をお菓子に仕立てるために  
菜菜スイーツ食べ放題

とっておきのベジスイーツ  
ベイクド寒天ケーキとクリームバリエーション

### ベイクド寒天ケーキ

かぼちゃの焼きプリン  
きなこのチーズケーキ  
スイートポテトケーキ  
りんごのシナモンクリーム焼き  
甘栗の焼きババロア  
ごまのフラン  
洋梨のクラフティ  
バナナのベジチョコレートケーキ

### クリームバリエーション

甘酒のバニラクリーム  
甘酒クレームブリュレ  
おからのショートケーキ  
かぼちゃのカスタードクリーム  
フルーツライフル  
麩のプチシュークリーム  
さつまいものジンジャークリーム  
バナナ春巻  
ナッツクラムのクリームココット  
豆腐のチョコレートクリーム  
黒豆のラム酒漬け チョコレートクリームかけ  
クイックチョコレートケーキ  
小豆のレーズンクリーム  
クリーム抹茶白玉  
とろろの生どら焼き

## 野菜が大変身 素材別スイーツ

### [にんじん]

- にんじんとココッツミルクのプディング
- にんじんとオレンジのひと口パイ
- にんじんとブラッドオレンジジュースのジュレ
- にんじんとりんごのポタージュ
- にんじんのアーモンドコロッケ

### [キャベツ]

- キャベツとクミンのソフトビスケット
- キャベツとグレープフルーツのテリーヌ
- 紫キャベツと黒豆のいちごマリネ
- 紫キャベツのレモンエスニックスープ
- キャベツとリンゴのお好み焼き

### [じゃがいも]

- マッシュポテトのりんごジャムケーキ
- じゃがいもとごはんのタイ風お焼き
- じゃがいものおやつきんぴら
- じゃがいもと栗のスイートスープ
- じゃがいもの落とし焼き

### [トマト]

- トマトのスコーン
- ミディトマトのナッツクラム詰め焼き
- トマトとりんごのグラニテ
- トマトの冷たいデザートスープ
- セミドライトマトのカナッペ

### [オクラ]

- オクラとメロンの冷たいミントスープ
- オクラと小豆のフルーツ白玉
- オクラのアイスクリーム
- タピオカ入り冷やしオクラとろろ

オクラとスイカの寒天寄せ

**[なす]**

なすとさつまいものスイートグラタン  
焼きなすスプレッド  
なすとドライいちじくのジャム  
焼きなすの甘いとろろあえ  
なすのデザートカナッペ

**[赤ピーマン]**

赤ピーマンのフルーツクラム詰め焼き  
赤ピーマンとかぼちゃのケーキ  
赤ピーマンとオレンジの包み揚げ  
赤ピーマンの薄焼きパン  
赤ピーマンのアイスクリーム

**[きゅうり]**

きゅうりと豆腐のチーズケーキ  
きゅうりとマンゴーの生春巻  
きゅうりとキウイのグリーンシャーベット  
きゅうりとドライフルーツのスイートピクルスト  
きゅうりとフルーツのミントソースあえ

**[かぼちゃ]**

かぼちゃのココナッツケーキ  
りんごのかぼちゃソース焼き  
かぼちゃのカレー粉 メープルグリル  
かぼちゃとオレンジの冷たいエスニックスープ  
かぼちゃのナッツクラム焼き

**[ごぼう]**

ごぼうとごまのスイートポテトケーキ  
ごぼうと豆腐の皮なしキッシュ  
ごぼうとアニスのオレンジグラタン  
ごぼうの豆乳メープルポタージュ  
ごぼうクッキー

**[さつまいも]**

オレンジ風味のスイートポテトコロッセ  
さつまいものごまビスケット  
さつまいものデザートあえ  
さつまいもの豆乳ポタージュ  
さつまいもとりんごのシナモンお焼き

**[きのこ]**

きのこ柿のタルト  
きのこドライフルーツのケーキ  
きのこナッツのビスケット  
マッシュルームとリンゴのカプチーノ  
きのこ酒かすのクッキー

**[ねぎ]**

長ねぎとワンタンのオレンジグラタン  
長ねぎとアーモンドのブランマンジェ  
万能ねぎの米粉お焼き  
焼き下仁田ねぎのデザートマリネ  
長ねぎと柿のゆず風味ようかん

**[里いも]**

里いもとカシューナッツのブランマンジェ  
里いもクレープ くるみみそ包み  
揚げ里いものキャラメリゼ バルサミコ風味  
里いもチップス 青のり風味  
里いもの白みそグラタン

**[大根]**

大根といちごのミルフィーユ  
大根蒸し りんごのくずあんかけ  
揚げ大根のキャラメリゼ 黒酢風味  
いろいろフルーツの甘いきぞれあえ  
切干し大根の大根もち

## [長いも]

- 焼き長いも
- 長いもの蒸しプリン
- 長いものフルーツきんとん
- 長いものフルーツピクルス
- 長いもとろろ淡雪かん

## フルーツオードブル

- [桃] 桃の冷たいスープ 黒こしょう風味
- [ぶどう] ぶどうの辛子あえ
- [グレープフルーツ] グレープフルーツの青唐辛子あえ
- [ブルーベリー] ブルーベリーごはん
- [スイカ] スイカのディル風味マリネ
- [いちじく] いちじくの白みそグラタン
- [柿] 柿の皮のチップス
- [りんご] りんごとセロリのジャム

## 新しいお菓子の世界