

県酪だより

K E N R A K U D A Y O R I



令和元年度 福島県酪農青年研究連盟主催(会長 斎藤 忠義) 夏季レクリエーションを開催!!



「ボウリング大会&懇親会で仲間との再会、
 子供たちの夏休みの思い出に」

八月二十日(火)に郡山市ポウルアピア郡山
 店にて、酪青連主催の夏季レクリエーション
 を開催しました。総勢四十八名の方々に
 参加いただき、盛会に開催することが出来
 ました。ボウリング大会を通して会員同士
 の交流を図り、みんなで思いっきり体を動
 かして楽しみました。また、子供たちは夏
 休みの良い思い出となったことでしょう。

ゲーム終了後には、表彰式が行われ斎藤
 会長より各賞の受賞者へ景品が贈られ、参
 加者全員へ参加賞が贈られました。各賞の
 受賞者は、下記の通りです。

表彰式後は、本宮市のアサヒビール園に
 会場を移し、昼食を兼ねた懇親会が開催さ
 れました。子供も大人もお腹いっぱいお肉
 を食べ、ビール園を満喫しました。会員同
 士の会話も弾み、親睦を深め、語り合う楽
 しい交流の場となりました。



男性1位	女性1位
県南酪農研究会 矢内 利幸 さん	県中酪農研究会 福田 祐子 さん
ハイゲーム賞	
県南酪農研究会 矢内 利幸 さん	
子供賞	親子賞
佐藤 大仁 君	矢内 快音 君



FD24会

第二十三回通常総会を開催

去る七月二十九日、磐梯熱海温泉四季彩一力にて二十三日目となるFD24会通常総会を開催しました。

今回の出席者は総勢二十九名となり、平成三十年度乳量出荷者表彰と今回新設した規模別上位出荷者表彰を行いました。最高位出荷者に雪割牧場(有)をはじめ、上位出荷者十名と規模別上位出荷者七名を表彰致しました。

また、用意された議案も全て承認されました。そして記念講演では、曹洞



宗法石山常在院の長谷川嵩信住職を招き、『今を生きる』と題し、永平寺での修行やそこから徒歩で表郷まで帰郷した時の出来事、その後の社会福祉貢献などのお話しを頂きました。総勢三十名の出席を頂きましたこと感謝申し上げます。

また、総会後の懇親会では講演会で聞けなかった講師への質疑や、会員同士で現状と最新の情報交換をし、とても有意義な時間を過ごし、盛会にて終了致しました。

また、総会後の懇親会では講演会で聞けなかった講師への質疑や、会員同士で現状と最新の情報交換をし、とても有意義な時間を過ごし、盛会にて終了致しました。

全酪連の小窓 第92回

～ 新任のご挨拶 全酪連仙台支所 福島県酪農協駐在 内田 悠稀～

はじめまして。8月から福島駐在となりました、全酪連 2年目職員の内田 悠稀(うちだ ゆうき)と申します。

今回は県酪だよりに寄稿する機会をいただきましたので、この場をお借りして簡単に自己紹介をさせていただきます。

長野県安曇野市の出身で、神奈川県のある大学に通っておりました(岡常務の後輩です)。大学では農学部で植物の種子発芽の研究をしていました。研究室の中で細かい実験しかしていなかったため、酪農現場のスケールの大きな圃場に圧倒されています。

中学時代からバレーボールをしており、高校時代は県ベスト8のチームでベンチを温めていました。福島でもバレーボールができるといいなと考えています。

ビールと日本酒が大好きで、最近下腹が気になってきました。日本酒がおいしい福島県に赴任できたことをうれしく思っています。

今年の7月まで矢吹町にある全酪連 酪農技術研究所で作業していました。主に若齢預託部門にて、酪農家さんからお預かりした子牛の飼養管理を担当していました。後継牛の生産性を大きく左右する哺育期の管理の大切さ、任せていただく責任の重さを感じながらの作業はとてやりがいのあるものでした。酪農の醍醐味である搾乳にあまり携われず残念でしたが、この経験を少しでも皆様のお役に立てられたらと思います。

社会人として、また牛と関わり始めて1年と少し、未熟者で皆様に教えていただくことばかりだと思いますが、少しでも早くお役に立てるよう精進してまいりますのでよろしくお願いいたします。



2019 酪王まつり 開催!!

ひとつひとつに心をこめて

ご愛顧いただく皆様の健康を願い、安全への配慮と生産者の愛情がひとつになったおいしい一杯をお届けしております。



70g×3
生乳をたっぷり使用した牛乳菓子です。糖質・脂肪を主体とした生乳を60%以上使用し、練乳でコクを加えました。生乳割合が高いからスナックや子供用菓子には上がっており、賞味は国内トップクラスの90%を占める伊那食品工業(株)「伊那高天」を使用し、添加物不使用のためお子様をはじめとした幅広い世代の方でも安心して召し上がいただけます。



酪王オリジナルキャラクター「らくー」

ミルクのしずから生まれた妖精で、酪王カフェオレ柄のポシェットをいつも持ち歩き「酪運」を担い兼ねている。



駐車台数に限りがありますのでバスなどをご利用下さいますようお願いいたします。

指定駐車場以外への駐車はご遠慮下さい。



ひとつひとつに心をこめて
酪王牛乳

酪王乳業株式会社

〒963-0201 郡山市大槻町字古屋敷80-1 TEL.024-951-7731代
What's rakuou? What's milk? インターネットから情報発信!
www.rakuou-milk.co.jp

酪王牛乳

今年も開催!!

2019 酪王まつり

日時 2019年9月28日(土)
AM9:00~PM3:00

ところ 酪王乳業(株) 本社工場



RAKUJOU FESTIVAL 2019 RAKUJOU FESTIVAL 2019

ステージ進行スケジュール

MC:パチコリン(ふくしまボンガーズ)

*開始時間は都合により変更する場合がございます。

- 9:30頃 ●牛乳早飲みバトル(個人戦)
- 10:30頃 ●牛乳早飲みバトル(家族対抗戦)
- 11:30頃 ●MANAMI ミニライブ
- 12:20頃 ●搾乳タイムバトル(個人戦)
- 13:10頃 ●搾乳タイムバトル(家族対抗戦)
- 14:00頃 ●牛乳早飲みバトル(個人戦)

参加ご希望の方はステージ横のテントにてエントリーシートにご記入ください。抽選により参加者を決定いたします。

事務所別棟

- 1階 ●酪王カフェオレソフト 酪王牛乳ソフト 販売
- 2階 紙バック工作

2019 酪王まつり

参加型ステージイベント盛りだくさん!

はクイズのある場所だよ、探してみてね



●は時間指定がございます。 ※コーナー・時間は都合により変更になる場合がございます。 □内は指定の場所を除き開催となります。 ⊕は有料となります。 駐車場に☼トイレを設置しています。 RAKUJOU FESTIVAL 2019

ZENRAKUREN



サイレージ調製用乳酸菌

サイプロラクト[®]

シリーズ

製品特長

従来の乳酸生成能力はそのままに、二次発酵を抑制する新しい乳酸菌【ラクトバチルス・ブレビス】を加えてフルモデルチェンジ！

「ラクトバチルス・カゼイ」
C-1631
カルピス(株)と全酪連が共同で選抜

+

新たに添加した乳酸菌

「ラクトバチルス・ブレビス」
TM2
(独)畜産草地研究所にて開発

(独)農業・食品産業
技術総合研究機構より
特許出願中

急速な乳酸生成能力
ホモ型発酵により1.5～2.5%の乳酸を急速に生成します。

高い耐酸性能力
pHを3.4まで急速に下げることサイレージ発酵の主導を握り、酪酸発酵を抑制します。

高温耐性
高温でも乳酸発酵可能で夏場のサイレージ調製でもハイパフォーマンスを発揮します。

二次発酵を抑制する
サイレージの二次発酵の原因となる酵母に対して抗菌性を有します。

製品ラインアップ

原料草・用途により使い分けてください！

顆粒タイプ製品 (荷姿:10kg クラフト袋)

サイプロラクト[®]

原料草 20 トン用

トウモロコシはもちろん、イネ科・マメ科牧草、飼料作物全般で使用可能です。粕類サイレージにも利用できます。



サイプロラクト[®]グラス

原料草 20 トン用

サイプロラクト[®]の特長はそのままに繊維分解酵素を加えました。チモシー、オーチャードなどのイネ科永年牧草、アルファルファにベストマッチします。

水溶性タイプ製品 (荷姿:50g×8)

ニューサイプロラクト[®]S

原料草 40 トン用

サイプロラクト[®]グラスと同様の乳酸菌および繊維分解酵素が処方された、使いやすい水溶性の製品です。主に、ロールパックサイレージにご使用ください。



お問い合わせは

福島県酪農業協同組合 購買畜産課・各支所／事業所
または、全酪連スタッフまでお気軽にお寄せください！！

サイレージ発酵の達人 サイマスターシリーズ完成!

日本国内の牧草やサイレージから分離した豊富な乳酸菌株をベースに、
国内の公的研究機関とも連携。
日本のサイレージ材料、地域性、調製場面に応じた幅広いご提案を可能にしました。



牧草・飼料作物サイレージ

サイマスター-LP
サイマスター-AC

サイマスターACは、高水分牧草サイレージに対する
添加効果が認められ、平成30年度の
北海道指導参考事項に認定されました。

トウモロコシ・ソルガムサイレージに

サイマスター-SP

新発売

予乾牧草サイレージに

サイマスター-3

イネWCS専用・一般品種に

畜草1号プラス

高糖分品種に

畜草2号

※畜草シリーズは、別リーフレットをご用意しています。

対象作物とお勧め商品	対象作物	トウモロコシ・ソルガム	牧草サイレージ			スーダン・麦類	イネWCS		稲わらサイレージ	ソフトグレインサイレージ	食品副産物サイレージ
			ロールラップ	中水分	高水分		一般品種	高糖分品種			
サイマスター-LP 二つの乳酸菌で美味しいサイレージ		○		○							
サイマスター-AC 二つの乳酸菌に糖質分解酵素入り		○	○	○	○						○
サイマスター-SP 二次発酵と酵素		○									
サイマスター-3 ペイレージの品質確保に		○	○	○	○						
畜草1号プラス イネWCSに最適						○	○	○			
畜草2号 乾草増産に威力、カビや酵母を抑制						○	○		○		

(○)推奨 ○利用可

雪印種苗株式会社

<お問い合わせは>

福島県酪農業協同組合 購買畜産課・各支所/事業所まで

ZENOAQ コーナー Vol.177



マイコトキシンは乳牛の生産・繁殖 そして健康にダメージを与える

〒963-0196

福島県郡山市安積町笹川字平の上1-1

日本全薬工業(株) PA事業部 DC部門

TEL024-945-2319 FAX024-946-5630

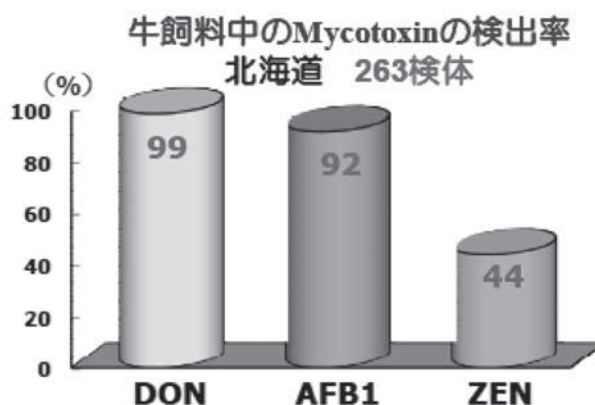
米国西海岸の3州とカナダの1州の酪農家の50個のTMRのサンプルをとり、同じラボでアフラトキシン、Deoxynivalenol (DON)、T-2トキシン、そしてZearalenolを検査しました。

その結果、350のマイコトキシンが同定され、少なくとも2種類のマイコトキシンが発見されたTMRは全体の98%に達し、42%のTMRは検査したすべてのマイコトキシンが存在していたと報告されています。

(Western Dairy Business, October 2001)

また、右のグラフは北海道の牛飼料中に検出されたマイコトキシンを表しており、上記同様に高い検出率となっております。

(酪農学園大学 小岩先生資料引用)



更に今年の様な猛暑が続いた年は、各種穀物にもマイコトキシンの影響が出ており、その被害も多数確認することが出来ました。

■主なマイコトキシンの症状 (Western Dairy Business, October 2001より)

アフラトキシン (Aspergillus Moldから生産されるマイコトキシン) は免疫力を低下させ、肝臓にダメージを与える事で知られています。

アフラトキシンは検査したTMRの94%で発見されましたが、通常の状態では臨床症状を引き起こすレベルではありません。面白いことにアフラトキシンを含む59%のサンプルはフザリアカビ (Fusaria Molds) が生産する少なくとも2つ以上のマイコトキシンを含んでいました。

DONは採食量や乳量の低下、体細胞数の増加、繁殖成績の低下と関係しています。DONは検査したTMRの90%に含まれており、そのレベルは3ポンドの乳量の低下を引き起こすレベルである0.5PPM以上でした。よって、ほとんどの酪農家ではDONにより乳量が低下していると考えられました。

Zearalenolは発情行動の減退、繁殖成績の低下、未経産牛の乳房腫脹などに関連しています。Zearalenolの発見される確率はどの地区でも同様で、そのレベルが高いのは北西部の地区であり、これはフザリアカビの生育に適した気候のためです。

T-2トキシンを多く摂取した反芻動物は採食量が減少し、小腸での出血をおこし、免疫力が低下し、排糞の回数が増加し、致死率が高く、特に牛を弱らせるマイコトキシンです。多くの器官を攻撃し、内臓疾患に似た症状を引き起こします。

これらのトキシンはサイレージよりヘイレージをTMRに混ぜた場合のほうが多くなっており、サイレージの保存方法というよりその使用管理方法による影響（マイコトキシンのストレス）が大きいことが報告されています。

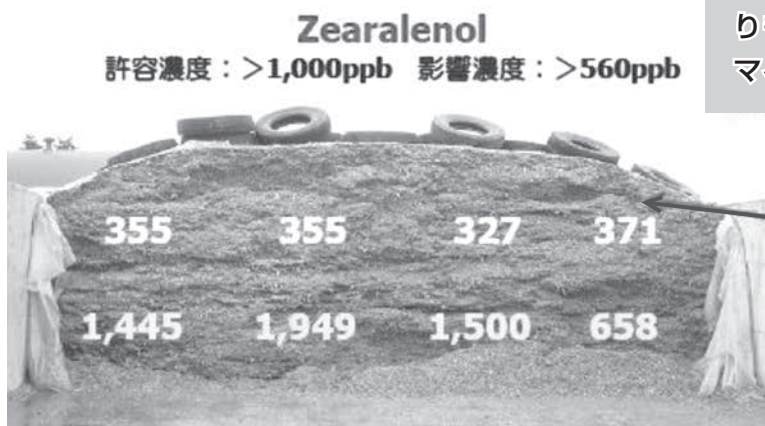
また、マイコトキシンの量は高水分のラップベールサイレージでより多く同定され、あるマイコトキシンが他のマイコトキシンや病原菌と共存する時、そのマイコトキシンによる症状はそれらを合わせた症状、もしくはまったく違う症状をしめす場合があると報告されています。

■今年の稲ワラは要注意です

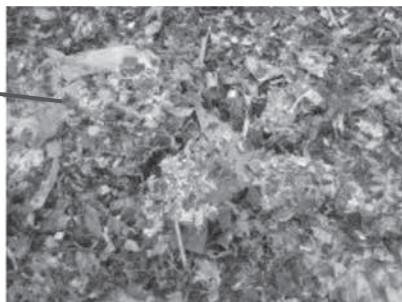


この牛はマイコトキシンのショックにより食欲減退・眼部腫脹を起こしています。

※外見は問題なさそうでも、ストローを割ってみるとカビがいっぱい発生しています。



～**要注意**～：カビている部分よりもカビていない部分に、高濃度のマイコトキシンが検出されます。



予防としてマイコAD-AZをお勧めします

ゼアラレノンの吸着に注目してください。



【給与方法】 飼料1t 当たり
1kgを添加、混合して与えてください
乳牛：20g/頭/日
【包装】 25kgクラフト袋

乳牛頭数調査集計表（公共機関を含む）

2019年7月31日現在

区 分	酪農家戸数			乳 牛 頭 数										
	支 所 名 称	戸数 (避難戸数)	前年度 戸 数	前年比	育成	初妊	経 産 牛				合計	前年度 頭 数	前年比	1 戸当 り頭数
							乾乳 妊娠	妊娠 搾乳	空胎 搾乳	小計				
県 北 支 所	戸 37	戸 40	% 92.5	頭 600	頭 180	頭 217	頭 591	頭 719	頭 1,527	頭 2,307	頭 2,151	% 107.3	頭 62.4	
県 中 支 所	77	83	92.8	381	139	217	418	780	1,415	1,935	1,974	98.0	25.1	
浜 支 所	8	10	80.0	97	27	42	64	106	212	336	338	99.4	42.0	
県 南 支 所	43	47	91.5	681	251	256	648	965	1,869	2,801	2,893	96.8	65.1	
JAふくしま未来(飯館)	(11)0	0	0.0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0	
県 酪 合 計	165	180	91.7	1,759	597	732	1,721	2,570	5,023	7,379	7,356	100.3	44.7	

区 分	月 別 分 娩 予 定 頭 数								販 売 乳 量				
	支 所 名 称	2019 8 月	2019 9 月	2019 10 月	2019 11 月	2019 12 月	2020 1 月	2020 2 月	生乳 出荷 戸数	地域別販売乳量		1日1頭当り乳量	
		1日当り	1日1戸 当り	搾乳牛	経産牛								
県 北 支 所	頭 139	頭 140	頭 135	頭 118	頭 159	頭 133	頭 164	戸 37	kg 34,521	kg 933	kg 26.4	kg 22.6	
県 中 支 所	114	119	116	113	101	114	97	75	31,496	420	26.3	22.3	
浜 支 所	32	22	14	20	14	17	14	8	5,417	677	31.9	25.6	
県 南 支 所	153	163	136	134	171	168	230	43	42,138	980	26.1	22.5	
JAふくしま未来(飯館)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0	
県 酪 合 計	438	444	401	385	445	432	505	163	113,571	697	26.5	22.6	

令和元年度受託乳量の状況

令和元年7月の受託乳量は、県全体で前年比93.8%の実績でありました。

団体別の受託乳量は、本組合が3,528トﾝ、前年比93.9%（対前年同月230トﾝ減）、全農県本部は1,715トﾝの対前年比93.6%（対前年同月116トﾝ減）の実績でありました。東北生乳販連の受託実績については、

前年比97.2%となりました。

東北6県の中で青森県が5,982トﾝ、対前年比104.9%で前年より伸びました。

なお、全国の受託実績は対前年比100.2%となりました。

令和元年度用途別販売乳量の状況（東北全体）

7月東北全体の用途別販売状況については、加工向けが132.9%、学乳向けが100.0%、生クリーム向けが前年比107.5%と前年を上回り、飲用向けが93.8%、醗酵乳向けが96.9%、チーズ向けが88.4%

と前年を下回り推移した。

なお、今月の酪王乳業の生乳使用量は日量平均49.7トﾝ（前年比94.7%）で、本組合生産量の43.7%、県全体生産量の29.4%を処理しています。

令和元年度7月別支払乳価表

7月分支払乳価については、前年と比べ、飲用向け及び醗酵乳向け4円値上げされ、学乳向け・加工向け・生クリーム等向け・チーズ向け価格は据え置きで取引され、前年対比でプール乳価、補給金、集送乳調整金単価合せて前年より2円93銭上回る単価となりました。受託乳量が前年比93.8%と下落傾向が続き、主な用途向け販売シェアは飲用向け68.3%（前年70.8%）、加工向け8.5%（前年6.2%）、醗酵乳向け16.8%（前年16.9%）となりました。

(東北全体7月)

用途別	販売乳量 (トン)	日量 (トン)	前年比 (%)	シェア (%)
飲用向け	29,247	943.0	93.8	68.3
加工向け	3,618	117.0	132.9	8.5
学校給食向け	1,960	63.0	100.0	4.6
醗酵乳向け	7,199	232.0	96.9	16.8
生クリーム向け	618	20.0	107.5	1.4
チーズ向け	160	5.0	88.4	0.4
合計	42,802	1,380.0	97.2	100.0

備考

1) 買取乳量を除く

■東北全体プール乳代金 4,519,429千円 単価110.657円
 ■内 福島県分プール乳代金① 526,226千円 単価110.657円
 プール対象外乳代金② 69,198千円
 (学乳向け・買取向け乳代金)

合計乳代金①+② 595,424千円 単価113.559円

項目	令和元年7月	前年同月	増減	前々年同月
プール乳価	108円601	105円885	2円716	106円117
補給金単価	0円851	0円658	0円193	0円801
集送乳調整金単価	0円255	0円191	0円064	0
合計	109円707	106円734	2円973	106円918

(注)上記合計は、脂肪率3.5%・無脂固形率8.3%の補給金込みの乳価。

平成30年4月より加工原料乳(加工・生クリーム・チーズ向)に対し、補給金と集送乳調整金の2つに分け支払いをしています。

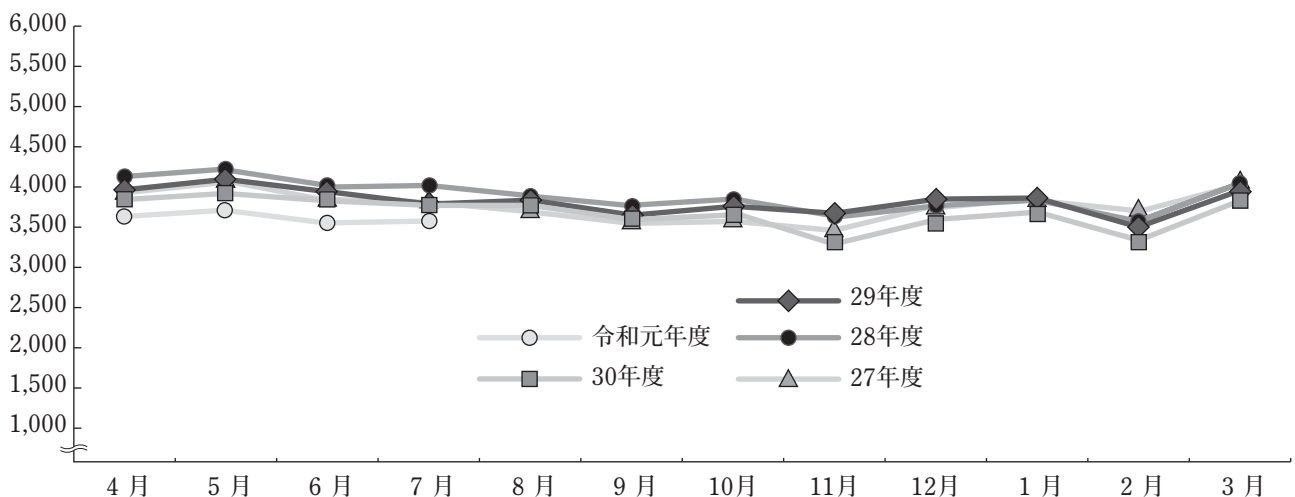
団体別受託乳量の状況

団体名	7月分		
	受託乳量 (トン)	日量 (トン)	前年比 (%)
県酪協	3,528	113.8	93.9
全農福島県本部	1,715	55.3	93.6
合計	5,243	169.1	93.8
東北生乳販連	42,802	1,380.7	97.2
全国	590,211	19,039.1	100.2

月別受託乳量 県酪協 (トン)

年度	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
27年度	3,921	4,061	3,836	3,802	3,658	3,513	3,575	3,486	3,668	3,830	3,708	4,071	45,129
28年度	4,094	4,231	4,025	4,029	3,894	3,717	3,839	3,664	3,822	3,889	3,576	4,031	46,811
29年度	3,958	4,132	3,940	3,880	3,778	3,622	3,740	3,637	3,797	3,820	3,498	3,948	45,750
30年度	3,865	3,927	3,768	3,758	3,757	3,565	3,617	3,385	3,572	3,687	3,369	3,818	44,091
令和元年度	3,661	3,736	3,526	3,528									
前年比%	94.7	95.1	93.6	93.9									

単位・トン



年次別・月別支払乳価一覧（補給金・集送乳調整金を含む）

年 度	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	平均
令和元年度	107.825	109.442	110.235	109.707									
30年度	105.316	106.566	107.245	106.734	104.684	108.041	107.673	107.183	104.902	105.545	106.664	104.358	106.242
29年度	105.107	106.247	107.367	106.918	104.637	107.789	107.187	107.002	104.876	105.603	106.317	104.647	106.141
28年度	105.156	106.012	106.878	105.825	104.876	107.459	107.162	106.517	104.921	105.823	106.675	104.617	105.993
27年度	105.116	105.882	106.888	105.964	105.240	107.090	107.342	106.859	105.204	105.468	106.726	104.446	106.019

第286回 県酪協乳牛市場成績

令和元年8月9日開催

購買者数 20名（うち県外9名）

区分	畜種	雌雄	成立数 (成立率)	最高価格 最低価格	平均価格 (前回比)	平均体重 (前回比)	平均単価 (前回比)
ET和牛 初生牛	ET和牛	メス	1 (100)	420,000 420,000	420,000 (83)	61 (60)	6,885 (137)
		雄	12 (100)	543,000 385,000	471,667 (87)	100 (95)	4,736 (91)
	乳牛	メス	1 (100)	7,000 7,000	7,000 (11)	51 (111)	137 (10)
		雄	59 (95)	198,000 1,000	91,373 (50)	67 (96)	1,362 (52)
	交雑牛	メス	72 (100)	360,000 64,000	287,611 (83)	70 (103)	4,132 (81)
		雄	54 (98)	388,000 50,000	319,204 (76)	71 (96)	4,508 (79)

価格：円（落札価格） 率・比：％ 体重：kg

初生牛の畜種毎価格帯別分布表（0は0.1～0.9万円、1は1.0～1.9万円、以下同様。尚、落札価格です。）

畜種	雌雄	価 格 帯 (万円)																										
		<46	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	
ET和牛	メス													1														
	雄								1					1	1	1		2	1		2	1		1		1		
乳牛	雌雄	価 格 帯 (万円)																										
		0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		
乳牛	メス		1																									
	雄		7	2	4	3	3	1	1		2	3	6	8	7	2	1	1	1	1	3	3						
交雑牛	雌雄	価 格 帯 (万円)																										
		<15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	
交雑牛	メス	5	3	3	1	1	1	1	3	1	1	2		1	1	2	4	3	9	6	15	7	2					
	雄	4	1								2	3	1			2	2		1	4	7	8	11	6	2			

組 合 の 動 き 8 月

8月2日	原発事故損害賠償対策酪農団体協議会	8月23日	福島県人工授精師協会総会
8月7日	県中支所運営委員会	8月26日	福島県農業会議常設審議委員会
8月8日	生乳の安全・安心の確保のための福島 県協議会	8月27日	第5回経営検討会
8月16日	福島県農業会議臨時総会	8月27日	第4回再建検討員会
8月20日	福島県酪青連夏季レクレーション大会	8月28日	酪王乳業株取締役会
8月21日	第1・四半期内部検査	8月29日	第5回理事会
~22日		8月29日	監事と代表理事等との定期的会合

理 事 会

第5回 8月29日

議 案

報 告 事 項

- 議案第1号 令和元年度第1・四半期事業報告及び
部門別損益報告について
- 議案第2号 役員との貸付契約について
- 議案第3号 畜産近代化リース協会リース事業による
施設の借入並びに貸付について
- 議案第4号 子会社に対する運転資金の貸付について

- 1) 子会社の令和元年度第1・四半期事業報告について
- 2) 令和元年度第1・四半期経営検討農家の現況について
- 3) 復興牧場の進捗状況について
- 4) 今後の日程について

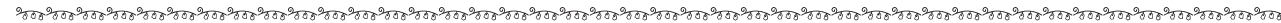


平成30年度 牛乳・乳製品利用料理コンクール 福島県大会入賞レシピ



南郷トマトのひんやりデザート

会津学鳳高等学校
渡部 黎さんの作品



●●● 材 料 ●●●

(材料:4人分)

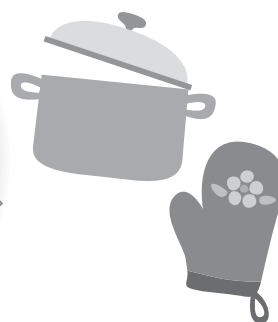
- ・ヨーグルト…………… 800g 【レモンゼリー】
- ・コンデンスミルク…大さじ2
- 【ジャム】
 - ・レモン汁…………… 大さじ2
 - ・お湯 (80℃) …… 50ml
 - ・南郷トマト(大) …… 1個
 - ・粉ゼラチン…………… 5g
 - ・ハチミツ…………… 大さじ2
 - ・水…………… 100ml
 - ・レモン汁…………… 適量
 - ・ミントの葉…………… 適量

●作り方

- ① ヨーグルトを水切りする。
- ② ジャムを作る。
(トマトの皮を湯むきする。タネを取り除きざく切りにする。鍋にトマト・ハチミツ・レモン汁を入れ煮つめ、冷蔵庫で冷やす。)
- ③ レモンゼリーを作る。
(80℃のお湯に粉ゼラチンを入れよく溶かし、さらに水とレモン汁を入れよくかき混ぜる。バットに入れ冷蔵庫で冷やす。)
- ④ ①のヨーグルトにコンデンスミルクを入れよくかき混ぜる。
- ⑤ デザートカップに④を入れ②のトマトジャム、③のレモンゼリーをのせミントの葉を飾る。

ポイント

- ① 水切りしたヨーグルトを使用するので、低カロリーでクリームチーズのような食感を味わえる。
- ② 完熟した南郷トマトをジャムにすることでトマトの苦手な人も美味しく食べられる



『ほっとMilk』投稿募集について

1. テーマは自由 (ほっと(^o^))する話題がいいですね)
 - ◎文章だけでも結構です。
 - ◎写真があると最高です。
2. 受付 (常時受け付けています)
 - メール・FAX・支所経由・直接持参、何でもOKです。
 - E-mail : yuuki-saitou@fukuraku.or.jp・FAX0243-33-1103