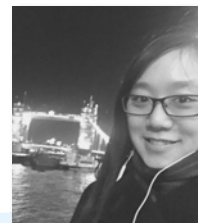


クラナカンの作り方

梅便りが聞こえる今日この頃、皆さんお変わりなくお過ごしですか。

今月はスコットランドのデザート、クラナカン（英：Cranachan）の作り方を紹介したいと思います！



国際交流員
ウォン・チンイン・クレオ

伝統的なクラナカンはオートミール、ダブル・クリーム（英：Double Cream）、スコッチウィスキー、スコットランド産ハチミツと新鮮なラズベリーを混ぜたもので、甘酸っぱくて、ウィスキーの香りもします。

現在、クラナカンは一年中食べられますが、元々はラズベリーが旬の時（夏！）に食べるデザートです。クラナカンの伝統的な盛り付け方は、それぞれの材料を個別のお椀に入れる方法で、食べる人は自分の好みの量を入れて自分だけのクラナカンを作ります。

今回紹介する作り方は、ホイップクリームとラズベリーではなく、ヨーグルトとイチゴを代用にした、甘さ控えめのレシピです。

クラナカン（英：Cranachan）

材 料（1～2人分）

オートミール・・・大さじ2杯
ヨーグルト・・・大さじ2杯
イチゴ・・・4～6個
ハチミツ・・・大さじ2杯



作 り 方

- ① まずはフライパンを温め、オートミールを入れます。ナッツの香りが漂ってくるまで中火で軽く炒め、やや茶色くなってきたら、火を止めます。
（注意：火が強すぎると、オートミールはすぐに焦げちゃいます！）
- ② 出来上がりのオートミールを皿に取り、冷めます。
- ③ イチゴのヘタを取り、あらみじん切りにします。
- ④ 大きなお椀の中にヨーグルトとハチミツを入れて、軽く混ぜます。
- ⑤ ④で混ぜたヨーグルトとハチミツに②のオートミールをに入れて、軽く混ぜます。
- ⑥ お椀またはグラスに③のイチゴ、⑤のオートミール・ヨーグルト・ハチミツのミックスを重ねて入れれば完成です！（そのまま食べてもいいし、冷やしてから食べても美味しいですよ！）

クレオの一言

イチゴが無い時には、イチゴジャムを代用にして作っています。イチゴジャムは甘いので、ハチミツを少なめに入れて、甘さの調整をします。イチゴ以外には、ブルーベリーを入れたりするレシピもあります。私は作ったことがありませんが、ブルーベリーを入れても美味しいと思います！

ウィスキーを入れたい方は、ヨーグルトとハチミツを混ぜる前に、大さじ2～3杯を加えて一緒に混ぜてください。ウィスキーを入れすぎると、イチゴとハチミツの甘みが消されてしまいますので、注意してくださいね！

そして、皆さんご存知ですか？イチゴは日本では冬や初春の頃に食べる果物ですが、イギリスではイチゴの旬は夏です！（笑）。イチゴ狩りは5月～8月（地域差あり）にしかできないですよ！



* ちょっとだけリニューアル *

特別整理休館中には皆様にご迷惑をおかけしました。その間に館内の整理をしました。蔵書がずいぶん増えて、棚に入りきらない本も出てきましたので、一部場所を変えたところもあります。書架図も貼り出しましたので、休館前とどこが変わったか、ぜひみつけてください。

～ 2月のイベント ～

☆2月15日(土) 19:00～21:00開館(貸出返却もできます。)

よるのブックカフェ～読書会*春をテーマに*～

春が待ち遠しいですね。春をテーマにした本を紹介してみませんか。

☆2月22日(土)

しまっこラボ「子どものおたのしみ会～紙ペンゲームであそぼう～」

使うのは「紙」と「ペン」だけのゲームで楽しみましょう。



☆ 図書館員のオススメの本 ☆

書名：ひとり暮らしの
簡単！自炊BOOK

編集：所 隼登

出版社：主婦と生活社



これからひとり暮らしを始める人にぜひおすすめします！これまでと違うのは、ひとりで料理をしないといけないということ。この本は、料理の基本の「き」から教えてくれます。材料の切り方とか、だしのとり方とかの基礎知識はもちろん、手軽にできるレシピも満載です。ひとり暮らしを始める前に、一度読んでみてください。

「みらいのへや」36の棚に置いてあります。

【お問い合わせ先】

西ノ島町コミュニティ図書館 〒684-0211 島根県隠岐郡西ノ島町浦郷67-8
TEL: 08514-2-2422 FAX: 08514-2-2423 MAIL: ikaya@nishinoshimalib.jp

「しまね企業ガイダンス」 開催のお知らせ

就職活動を始める方必見！

島根の企業約260社が集まり、企業紹介を行います。

■開催場所

くにびきメッセ(松江市)

■開催日時

3月5日(木) 10時30分～16時20分

■内容

企業紹介マイクリレー(1分間企業PR)、合同企業説明会

※前日、学生が自らの魅力を伝える

「学生のドラフト就勝！」

「縁オファー」開催

■対象者

・2021年3月に大学(院含む)、短期大学、高等専門学校、専修学校等の卒業予定者

・大学等卒業後(既卒)3年以内の方
・県内就職を希望する一般求職者

■参加企業

1月下旬から「ジョブカフェしまね」のサイトに掲載。
(<https://www.gogo-jobcafe-shimane.jp/event/detail/2070/>)

【お問い合わせ先】

ジョブカフェしまね(公益財団法人ふるさと島根定住財団)

0120-67-4510