



ちばの味旬のレシピ  
vol.245

## パッションフルーツアイスクリーム

(1人分/約340kcal 脂質24.3g 食塩相当量0g)

### 材料(2人分)・作り方

パッションフルーツ……1個(正味50g) 生クリーム  
卵……1個(卵白と卵黄に分けておく) (乳脂肪分45%以上)……100ml  
砂糖……45g(3等分に分けておく) ※生クリームは冷やしておく

- ①パッションフルーツは半分に切り、黄色い果肉部分を種ごとスプーンで取り出して耐熱容器に入れ、電子レンジ(500W)で1分ほど加熱し、よく冷ます。
- ②卵白と卵黄をそれぞれボウルに入れ、砂糖を1/3ずつ加える。卵白はしっかりとツノが立つまで泡立ててメレンゲにし、卵黄は白っぽくなるまで泡立て器でよく混ぜる。
- ③別のボウルに生クリームと残りの砂糖を入れ、氷水を入れたボウルに重ねて冷やしながらかツノが立つまでよく泡立てる。
- ④③に①を少しずつ加えながら混ぜる。さらに、②の卵白と卵黄をそれぞれ少しずつ加えて混ぜ合わせ、容器に入れて冷凍庫で4時間ほど冷やし固める。

### コツ

手早くよく混ぜることで、ふんわり滑らかに仕上がります。パッションフルーツをお好みの果物に代えてもおいしいです。

問 県報道広報課 ☎043-223-2241 (調理協力・千葉伝統郷土料理研究会)

## 一口食べれば南国気分♪ パッションフルーツの豆知識

甘酸っぱくてトロピカルな香りが特徴のパッションフルーツが、県内でも栽培されていることをご存じですか? 果肉を種ごとすくって食べられるので、プチプチの食感も楽しめます。

主な産地は木更津市、南房総市、館山市。今がまさにおいしい時期です。

手に持つとずっしり重く感じるのがおいしさの目安。食べる数時間前に冷蔵庫で冷やすのがポイントです。果肉を炭酸水で割ってソーダにしたり、ジャムにしたりするのもおすすめ!

生産量はまだまだ少ないですが、産地近くにお出かけの際は、ぜひ直売所などをのぞいてみてください。



## 道の駅で味わえる ごほうびスイーツ

道の駅の魅力  
発信中



県内の道の駅では、地元の食材を生かしたさまざまなグルメ・スイーツが楽しめます。

夏のお出かけに立ち寄ってみませんか?

### 道の駅とみうら 枇杷倶楽部

房州びわ尽くしの  
フルーツパフェ  
びわパフェ



### 道の駅木更津 うまくたの里

パウムクーヘンと  
クレームブリュレが  
合体!  
フレンチ  
ブリュレパウム



### 道の駅しょうなん

かぶの甘みにかぶの葉  
パウダーがアクセント  
柏のかぶ  
ソフトクリーム



### 道の駅いちかわ

市川市産の梨果汁を  
贅沢に使った1品  
梨ソフトクリーム



## クイズ&プレゼント

丸部分の文字を組み合わせて  
答えになる言葉をつくってください

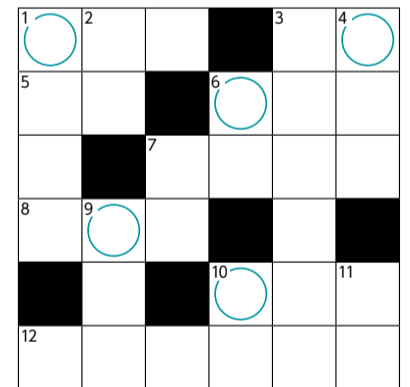
### 【ヨコのカギ】

- ①夏が旬の果肉が赤い果物。千葉県の生産量は全国第3位(令和6年)
- ③刺身や酢の物で味わう珍味。海のパイナップルとも呼ばれています
- ⑤髪をとかすのに使います
- ⑥円、ドル、ユーロ…何の単位?
- ⑦御宿や九十九里に代表される、砂浜の広がる場所
- ⑧富津では「はかりめ」と呼ばれているウナギに似た魚
- ⑩水の表面
- ⑫胡麻和えに合う細長い野菜。千葉県が生産量日本一!(令和6年)

### 【タテのカギ】

- ①円はサークル、三角形はトライアングル、正方形は?
- ②「○○の上にも3年」
- ③重い鉄の球を遠くへ飛ばす競技
- ④お湯を沸かす道具
- ⑥2つでひと組になっていること

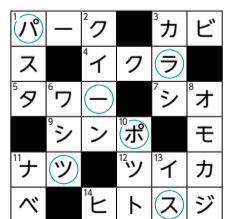
ヒント=たくさんお出かけしよう!



- ⑦スーパーで買いたい物を入れます
- ⑨野球の守備位置。外野の反対
- ⑩「ちばけん○○だより」
- ⑪家や学校の出入口。英語では「ゲート」

6月号の正解

パラスポーツ



正解者は7,006人でした

締め切り 7月15日(水)必着

### 応募方法

二次元コードから。またははがきに①答え②郵便番号③住所④氏名⑤年齢⑥電話番号⑦「ちば県民だより」への意見・感想を全て書いて、〒260-8667(住所記載不要) 県報道広報課クイズ係へ(応募は1人1通まで)

※当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます。いただいた個人情報は、賞品の発送にのみ使用します。



応募ページ

## 希少な千葉県産パッションフルーツ 抽選で25人にプレゼント!

色・つや・形を厳選した「秀品パッションフルーツ」を  
甘い香りとともにお届けします。



キラリ輝く

ちばの星

県立鎌ヶ谷高等学校  
百人一首かるた部

「札取りに、仲間の力をのせて」

## 「支え合い」と「つながり」が生む強さ

ほぼ全員が初心者からスタートする鎌ヶ谷高校の百人一首かるた部。それでも昨年は、強豪がひしめく千葉県で代表の座を勝ち取り、全国大会の団体戦でベスト16という輝かしい成績を収めました。

強さの秘訣は、部員同士の「支え合い」と世代を超えた「つながり」。日々の練習は全て自分たちで考え、試合形式の練習を繰り返し、その都度の反省会も欠かしません。卒業生も定期的に練習に足を運び、部員たちにアドバイスしています。

競技かるたは、持ち札の数で目にみえて試合の優劣が分かりやすいことなどから、精神的な強さが求められる場面も。「試合で苦しい場面こそ、仲間の応援が支えになる」と部員たちは口をそろえます。

## 仲間と共に楽しんで挑戦

「かるたは勝負なので勝つことも大事ですが、楽しむことが一番」と話してくれたのは主将の片山さん。部員同士の仲が良く、楽しみながら切磋琢磨できる場所であることが、この部の大きな魅力です。

これからも、一人一人が向上心を持ち、かるたを楽しみながら日々の練習に励み続けます。



白熱する試合形式の練習



和やかなミーティング

### 鎌ヶ谷高等学校

1971(昭和46)年、鎌ヶ谷市の誕生とともに創立。「高きを目指せ!」をスローガンに「自ら考え、表現する力」の育成を目指しています。授業は、生徒が主体的に対話を通して深い学びができるよう、体験学習や課題解決型学習を取り入れています。