

島で味わう黒糖グルメ



黒糖かりんとう

黒糖の風味をしっかりと味わえる定番のお菓子。お店によって甘さや食感が異なるので、食べ比べもオススメ!



黒糖焼酎

薩南諸島の飲食店でよく取り扱われています。焼酎独特の臭みが少なく、黒糖のコクと甘みが楽しめます。



ふくらかん(ふくれ菓子)

小麦粉、重曹、黒糖などを混ぜて蒸した黒糖蒸しパン。スーパーや道の駅などで気軽に購入できる。



ふちもち(カシャもち)

よもぎ、黒糖、さつまいもを練った餅をカシャの葉に包んで蒸した、奄美大島の郷土菓子。節句のお菓子として作られていた。



黒糖アレンジアイデア集

簡単黒蜜

アレンジ無限大

黒糖に少量の水を加えてレンジでチン! お好みで水の量を調整します。アイスなどのトッピングに◎



黒糖大学芋

- ① さつまいもを角切りにしてレンジでチン!
- ② 黒糖と水をレンジで温め黒蜜にしておく。
- ③ ①のさつまいもをバターで炒めながら②の黒蜜とお好みでシナモン、ゴマ、味噌などをからめたら出来上がり♪



揚げずに
コクうま♪

照り焼き

魚や肉、手羽中などの照り焼きに黒糖を使ってみよう!
具材を鍋に入れ、黒糖、お酒、醤油、にんにく、しょうがを加えてぐつぐつ煮込めばいい色の照り焼きに♪



黒糖ラテ

牛乳に黒糖を加えてレンジでチン! 豆乳で作ったり、シナモンやきな粉、ショウガなどを加えてもおいしい。



カレーの隠し味

カレーに黒糖をひとかけ加えることで、長時間煮込んだようなコクが出る。



レシピ協力: 徳南製糖



もちろん
そのまま食べても
おいしい!

お菓子や料理に
黒糖を使ってみよう

薩南諸島現地ではそのままお茶請けとして食べることも多い黒糖だが、もちろんアレンジしてみても美味しい。カレーに入れるとコクが出る、煮物に使うといい色の照りが出るなど、ご家庭によって使い方はさまざま。黒糖ならではの濃厚な風味、窯炊き製法だからこそできるキャラメルのような味わい、ほのかに感じる苦味や海の気配を感じさせる塩味などそれぞれの工場によって違う風味を食べ比べるのも楽しい。