



## 武高生企画!

# HISUPURO

ひんやりスイーツプロジェクト×武雄

私たち、武雄高校のHISUPUROは武雄市・武雄高校まちづくり参画事業の一環として武雄の特産品を武雄の人たちに伝えるため、武雄温泉物産館さんとコラボして武雄の特産品を使用した商品を考案しました。そこで、私たちが考案した「抹茶かき氷」と「抹茶ムース」を紹介します！このプロジェクトをきっかけに、もっと多くの武雄の人に特産品を知ってもらい、たくさん食べてもらえるようになることを願っています。

**抹茶プロテイン使用!**

### からだにうれしすぎる 抹茶かき氷の作り方

- ①まずは、水みつを作ります！  
白湯20cc、プロテイン20g、砂糖20gをよく混ぜます。
- ②混ぜたら水を100cc加えて冷めます。  
(水が多い場合はお好みでプロテインを加えてください)
- ③次にかき氷機などで氷を削って  
豆乳練乳、(練乳で代用可) をかけます。
- ④その上から先程の抹茶みつをかけ、粒あんをのせて  
完成です！水みつと練乳の量はお好みで調整してください!

**プロテインの作り方**

- ①シェーカーに、1杯あたりプロテイン約20g
- ②白湯または牛乳を120~150cc入れます。
- ③しっかりと混ぜる様にシェイク！  
おいしくて飲みやすい  
プロテインドリンクの完成!

抹茶ムース、  
抹茶ヨーグルト、  
抹茶パンケーキ  
抹茶アイス  
抹茶ゼリー  
抹茶クッキー  
抹茶チョコレート  
抹茶アイス  
抹茶ゼリー  
抹茶クッキー  
抹茶チョコレート

(武雄温泉物産館で販売中!)

### 抹茶プロテインを使った アレンジレシピ

おうちで作るスイーツやドリンクなどに使うことで  
簡単に、おいしく、栄養を摂ることができます！  
今回はおすすめのアレンジを紹介いたします!

- 抹茶ムース**  
ムース液にプロテインを加えてから固めると  
抹茶味のムースになります!
- 抹茶グreekヨーグルト**  
水をよく切ったヨーグルトに加えてよく混ぜると  
色の鮮やかなグreekヨーグルトになります!
- 抹茶パンケーキ**  
ホットケーキミックスにプロ  
テインを混ぜて焼きます。  
生クリーム等をトッピングし  
てもおいしです!

9月1日(日)

武雄市まちづくり参画事業の一環として武雄の特産品を使用して考案したスイーツ「抹茶かき氷」の振る舞いを武雄市物産館で実施しました。レシピも公開!先着100名での実施。行列に配布が追い付かないほどの盛況でした。

9月21日(土)には、武雄温泉駅南口駅前広場で「西九州新幹線2周年記念イベント」にてレモングラスを使用したかき氷も追加し、販売予定。是非、食べにきてください!

2学期には他にも高校生のグループが主体的に考え、活動に取り組んでいます。期待してください!