

ゆるび〜

GROUP B

ゆるび〜とは



ゆるいビーガンの略

週末だけ、あるいは週に一日だけ動物性のものを食べないなどゆるくビーガンの食生活を取り入れるライフスタイルのこと。

ヴィーガンについて

- ベジタリアンの中の一種類
- 動物性のものを食べない(使用しない人もいる)
→人によってヴィーガンとなる理由や目的が違うため程度の差が出る

カテゴリー	肉	魚	卵	乳	蜂蜜
理由・目的					
①環境保全	×	×	○	○	○
②動物愛護	×	×	×	×	×
③健康					

目的

- ヴィーガンの認知度UP
→ヴィーガンを利用しての地域活性化を考えたが、
一般にヴィーガンが認知されていないことに気づいた。
そこでまずヴィーガンの認知度を上げるように考えた。
- 大和野菜の認知度UP
- 奈良の郷土料理の認知度UP

大和野菜 × 奈良の伝統料理 × ヴィーガン

アイデア

- ・ 移動販売・屋台で提供する。
- ・ しきしき(奈良の郷土料理)をもとにヴィーガン料理を作る。
- ・ SNSを用いてヴィーガンと大和野菜の知名度を上げる。
- ・ ヴィーガンについての情報をリーフレットもしくは包装紙などに入れる。



対象



- ヴィーガンについてあまり知らない人
- ヴィーガンになじみがない人
- 観光客
- 地元の人

※今回の目的はヴィーガンについて知ってもらうことなので厳格なヴィーガンの方を対象とする商品として販売しません。



しきしき

奈良の郷土料理

「しきしき」

奈良県では小麦栽培が盛んであったため

三輪素麺や「しきしき」など

昔から小麦を使用した

料理やおやつが食されてきた

特に時期は問わず、

年間を通して食べられている。

試作の振り返り

試作内容

- ・しきしきの生地作り（3種類）
- ・きんぴらごぼう、大豆ミートのカレー、
フルーツジャムのしきしき

学んだこと

- ・大豆ミートはお肉感がある。→様々な料理に使いそう。
- ・具材が生地からこぼれてしまい食べにくい。→提供方法を工夫。
- ・しきしきの生地は水を混ぜたもののほうが焼き目がしっかりとつく。
- ・ " 少し厚めに作ったほうが良い。
- ・見た目がインスタ映えしない。→パッケージを工夫。



私たちのアイデア

おかず系しきしき

生地は小麦粉、砂糖、水にして焼き目をつける。

- **宇陀金ゴボウのきんぴらしきしき**

大和野菜の宇陀金ゴボウを用いて、食感を楽しみ、野菜を味わう。

- **七色おあえしきしき**

奈良のお盆の郷土料理で、旬の7種類の野菜の味噌和え。

- **筒井れんこんと大豆ミートのそぼろあんしきしき**

大和野菜の筒井れんこんと本物のお肉かのような満足感がある大豆ミートを合わせたしきしき。

提供方法：縦長のトレーに入れる。

トレーに大和野菜やヴィーガンの情報を書く。



私たちのアイデア2

デザート系しきしき

- ・ロールアイス風しきしき
生地にアーモンドミルクを混ぜ
甘さとしっとりさを出す
古都華（苺）を巻く
- ・マリトッツォ風しきしき
大和いもを混ぜ自然な甘さを出し
ふわふわした生地を作る
邪払（奈良名産の柑橘）を混ぜた
ホイップを挟む

提供方法：カップに入れて一口サイズで