



米沢市報道資料

紅花スイーツづくりについて (取材依頼)

令和8年2月10日
最上川源流よねざわ紅花プロジェクト推進協議
会 米沢市企画調整部地域振興課
電話 22-5111 (内線2804)

立春の候、ますます御清祥のこととお喜び申し上げます。

また、日頃より地域振興事業につきましては、多大なる御尽力を賜り深く感謝申し上げます。

当協議会では、県花である紅花の新たな活用方法の切り口として『紅花の【食】』としての可能性を広げていくため、これまで紅花料理教室の開催や紅花を使ったスイーツアイデアの募集等、実施しました。

この度、春から紅花学習に継続的に取り組んでいる松川小学校6年生の授業において、新たな紅花学習の取組として『紅花スイーツづくり』に挑戦することになりました。

つきましては、御多忙中のこととは存じますが、下記のとおり『紅花スイーツづくり』を実施いたしますので、貴社の記事として掲載していただきますよう、よろしく願いいたします。

記

日 時 令和8年2月12日(木) 8時40分～10時20分

会 場 松川小学校 調理室

対象児童 松川小学校6年生 51名

内 容 紅花入り寒天
紅花入りりんごジャム

指 導 最上川源流よねざわ紅花プロジェクト推進協議会事務局(地域振興課職員)
紅花活動に取り組んでいる地元大学生

【松川小学校のこれまでの取組】

令和7年4月～ 紅花の栽培(種まき・水やり・除草・開花)

7月 紅餅づくり

11月 紅花染め

令和8年1月～ 紅花コサージュづくり

(保護者へプレゼントをし、卒業式で胸につけてもらう)

カンタン 紅花スイーツづくり in 松川小学校

<紅花（乱花）の利用方法>

○保 存 乾燥紅花として冷蔵庫で保存。

○前処理 ボウルに乱花を入れ、熱湯を入れて1~2分、1度目の黄色素水は花びらをしばって捨てます。さらに花びらをよく洗い、再度黄色素水を作ります。

※紅花は黄色の色素を多く含んでおり、時間をかけると黄色素水は濃い色になり、花びらの赤色は美しさを増します。紅花料理には、黄色の色素を利用します。

<紅花（乱花）の効能>

○紅花には抗酸化作用があり、血行障害の改善につながると言われています。

🌸 紅花料理カンタンレシピ 🌸

1. 紅花入り寒天（寒天流し1個分）

<材料>

A	・粉寒天	1 g	}
	・水（紅花の黄色素水）	50 c c	
	・砂糖	大さじ1	
(1)	・100%りんごジュース （濃縮還元）	100 c c	}
(2)	・粉寒天	3 g	
	・紅花乱花	ひとつまみ	}
	（前処理済みのもの）		
	・カルピスジュース	380 c c	

<作り方>

- ① (1) の A をよく混ぜて2分間弱火で煮溶かし、ジュースを入れてひと煮立ちさせる。
火を止め紅花を入れて型に流す。
- ② (2) をよく混ぜて2分間弱火で煮溶かし、ひと煮立ちしたら火を止める。
- ③ ①の寒天が固まったら、②の寒天を熱いうちに流し込み2層にする。
- ④ 冷して固める。

2. 紅花入りりんごジャム

<材料>

- ・りんご（館山りんご・地元産） 1kg
- ・塩（塩水用） 10g
- ・グラニュー糖 150g
- ・レモン果汁 70cc
- ・紅花（乱花） 大1
- ・水（黄色素水） 70cc

<作り方>

- ① りんごをしっかりと洗う。
- ② ①の皮をむき、種などを取り、果実のみにする。
- ③ ②をひとくちサイズにカットする。そして塩水につけて置く。
- ④ ③の水をよくきり、なべに入れグラニュー糖、レモン果汁を入れて弱火～中火で煮る。
- ⑤ りんごがやわらかくなったら紅花の黄色素水を入れ、さらに煮る。
- ⑥ マッシャーで、りんごをつぶしながらアクを取り、処理をした乱花を入れて、水分がほぼなくなるまで煮詰める。

3. 紅花サイダー

<材料>

- ・紅花（乾燥） 大きじ1
- ・三ツ矢サイダー 1.5リットル

<作り方>

前処理した紅花をサイダーに入れ冷蔵庫で3～4時間冷やす。

【紅花料理インストラクター 大山るり子氏 考案】

