

レシピ例 2



チーズケーキ

生クリームと薄力粉の分量を通常の半量にし、その分を玄米ピューレに置き換えた。ただし、なめらかさや凝固性などの問題で、全てを置き換えることはできない。

生地

クリームチーズ	200g
グラニュー糖	70g
玄米ピューレ	70g
全卵	2個
生クリームB	70g
薄力粉	15g
レモン果汁	適量

① 軟らかくしたクリームチーズにグラニュー糖を加えて混ぜ合わせる。

- ② ①に玄米ピューレ、ほぐした全卵を加えて混ぜ合わせる。
- ③ ②に生クリームBを加えて混ぜ合わせる。
- ④ ふるっとおいた薄力粉を⑤に加えて混ぜ合わせる。
- ⑤ ④にレモン果汁を加えて混ぜ合わせる。

土台

全粒粉ビスケット	50g
生クリームA	30g

- ① 全粒粉ビスケットを麺棒などで細かく砕く。
- ② ①に生クリームAを加えて混ぜ合わせる。

焼成

1. 紙を敷いた直径15cmのセルクルに土台を敷き詰める。
2. 1に生地を流し入れ、170℃のオーブンで45分程度焼成する。

レシピ例 3



パウンドケーキ

水分含有量が多く、保湿性が高い玄米ピューレを使うことで、牛乳を使わず作る事が可能。全卵も半量カット、グラニュー糖、薄力粉も少量カットした配合だが、翌日までしっとり感が継続。

生地

バター	100g
グラニュー糖	70g
全卵	60g
玄米ピューレ	50g
薄力粉	80g
B.P.	小さじ1
イチゴジャム	50g

- ① 軟らかくしたバターにグラニュー糖を加えて擦り合わせる。
- ② ほぐした全卵を少しずつ①に加えながら混ぜ合わせる。
- ③ ②に玄米ピューレを加えて混ぜ合わせる。
- ④ 一緒にふるっとおいた薄力粉とB.P.を③に加えてゴムベラで混ぜ合わせる。
- ⑤ ④にイチゴジャムを加えて軽く混ぜ、マーブル状にする。

焼成

1. 紙を敷いた長さ18cmのパウンド型に生地を流し入れる。
2. 1を180℃のオーブンに入れて45分程度焼成する。