

いちご甘酒



作りやすい分量



作業TIME 5分

発酵 TIME 8時間～

材料

米麹・・・100g

いちご・・・1パック (250g)

水・・・250cc

(乾燥麹を使用する場合は300cc)

作り方

- 1) いちごはヘタを除き、麹と合わせてフードプロセッサーで攪拌して細かく刻む。
- 2) 水を合わせて発酵器に入れて58度で8時間発酵加熱する。
または、炊飯器に合わせて蓋をしないで保温ボタンを押し8時間放置する

日持ちは冷蔵庫で1週間です。そのまま飲んでも、豆乳などで割ってもおいしいです。

甘みは使用する麹によって変わるので、お好みでメイプルシロップを加えたりして甘みを調整してください。

いちごと紅茶のティラミス



3-4人分



35分

材料

いちご甘酒・・・250g

白味噌・・・小さじ1

いちご・・・10個

片栗粉・・・大さじ2

米粉・・・50g

アーモンドパウダー・・・10g

(なければ米粉を10g)

ベーキングパウダー・・・小さじ1

紅茶のティーバック・・・1袋

こめ油・・・20g

メイプルシロップ・・・大さじ2

豆乳・・・大さじ3

濃いめに入れた紅茶・・・大さじ2

いちごパウダー・・・適量

作り方

1) 紅茶スポンジを作る。

オーブンの予熱を180度にあげておく。

米粉・アーモンドパウダー・ベーキングパウダー・紅茶のティーバックをボウルに入れて軽く混ぜる。こめ油・豆乳・メイプルシロップを合わせてなめらかになるまで混ぜる。

型に流し入れ、180度に予熱のあがったオーブンで15分焼く。

2) ティラミス生地を作る。

いちご甘酒に白味噌、片栗粉、いちご2つをあわせてミキサーにかける。フライパンに入れて、中火にかけ沸騰してもったりするまで加熱する。

3) 仕上げ

いちごは半分に切り、ガラス容器の側面に見えるようにならべ、残ったいちごは5mm角に切りスポンジの上にちらす。

粗熱をとった2を流し入れ、お好みでいちごパウダーをふる。