

豆乳麴クリーム



材料



作りやすい分量



8時間10分

生麴・・・100g（乾燥麴の場合は80g）

豆乳・・・120cc

作り方

- 1) 生麴を手ですり合わせる。
- 2) 1に、豆を入れて混ぜる。
- 3) ヨーグルティアに入れて58度で8時間加熱、または炊飯器に入れて布巾をのせ保温ボタンを押して8時間置く。
- 4) すぐに食べてもおいしいですが冷蔵庫で11晩おくとさらに味がなじんでおいしいです

賞味期限は
冷蔵庫で3～5日くらいです。

豆乳クリームのアチーズケーキ



5直径7センチの
グラス3〜4個
分



20分

材料

クリームチーズ・・・200g
豆乳クリーム甘酒・・・200g
レモン汁・・・大さじ1
＝ブルーベリージャム＝
ブルーベリー・・・150g
メイプルシロップ・・・大さじ1

飾り用ブルーベリー・・・30粒

作り方

- 1) ブルーベリージャムを作る。
ブルーベリーは洗ってメイプルシロップとあわせて鍋またはフライパンに入れる。
アクをひきながらトロリとするまで加熱する。
(時間がたつと少し硬くなるので 緩めで大丈夫)
- 2) クリームチーズは室温に戻し滑らかになるまで泡だて器で混ぜ、豆乳クリームを3回にわけて加えなめらかになるまでさらに混ぜる。
- 3) 器にブルーベリージャム、チーズクリームの順に3回重ね飾り用ブルーベリーをのせる。