

罪悪感なく最高に美味しいを目指します♥

KOMEHACHI CAFE CLASS



【グルテンフリーマリトッツォ】と
【オイル不使用お米クリーム】レシピ

komehachi♡cafeclass

この度は、生米で作る【マリトッツォ】と【お米のクリーム】の動画レッスンをご受講いただきありがとうございます。

この商品は米粉ではなく生米を使った簡単で安心なグルテンフリーのレッスン内容となっております。

イタリアで人気のブリオッシュにクリームが挟まった『マリトッツォ』。

気になるのは生クリームの油脂やグルテンの入ったブリオッシュですね。

ぜひ作ってご試食してくださったら幸いです。

生米のブリオッシュはバターの香りがよく、とても美味しいとご好評いただいております！

諸注意～必ずお読み下さいますようお願い申し上げます～
レシピは各自で保管していただきますようお願い申し上げます。komehachicafeclassで教えるレシピやノウハウはご家庭で再現し、楽しんでいただくことを目的としております。その他の目的で使用するのはご遠慮くださいますよう、宜しくお願い致します。

※あえて必要最低限の要点のみで構成されたレシピです。
動画を見て大事な部分はメモを取ってご自身の成長の糧にしていただければと思います☆☆

焼き時間は目安です。コンロやオーブンの種類によって火の通りが変わってきます。様子を見ながら加熱時間を調節してください。



生米で作れるふんわり甘い ブリオッシュ♡

材料（作りやすい分量）

- 生米(浸水後)…150 g (浸水前115g)
- メープルシロップ…25 g
- 自然塩 …2 g
- 卵 …1個
- 無調整豆乳 …50 g
- 無塩バター …40 g
- ★ドライ酵母 …5 g

作り方

1. ブレンダーに★以外の材料をすべて入れ混ぜ合わせ、とろりとなめらかになったら酵母を入れる。
2. マフィンカップにわけて約6個分注ぐ。
3. 40℃で約20分1.5倍になるまで発酵させる。
4. オーブンで180℃に予熱完了させてから、液を庫内に入れ約25分焼く。生地がデリケートなため、予熱時に布巾等は使わない。



お米の生クリーム (オイル不使用)

材料 (作りやすい分量)

- 生米(浸水後) …20 g (浸水前15g)
- 無調整豆乳 …200 g
- 寒天 …1 g
- メープルシロップ…28 g
- ココナツミルク …50 g
- レモン汁 …3 g

作り方

1. 生米と豆乳 100 g をブレンダーで粒が消えてまったりするまで混ぜる。
2. 残りの材料を 1 に加える。
3. 鍋で 2 を温め沸騰させる。
4. 2 がペースト状になったら火を止める。
5. 耐熱容器に入れて粗熱が取れたら冷蔵庫で冷やし、食べる前にハンドミキサーでホイップする。



シロップ染みだす♡ 【グルテンフリーサバラン】

材料 (2個分)

- ブリオッシュ … 2個(焦げる寸前まで焼く)
 - ★お水 … 30g
 - ★メープルシロップ … 30g
 - ★ラム酒 … 10g
- 『ナパージュ』
- 寒天 … 1g
 - お湯 … 90g
 - メープル(またははちみつ) … 10g
 - レモン汁 … 10g

作り方

1. ブリオッシュの天辺を丸く切り抜きバットに並べる。
2. シロップの材料★を鍋で沸かす。
3. 沸騰したらすぐに火を止めてバットの上に並べたブリオッシュに上からスプーンで1杯ずつ注いでいく。
4. ナパージュの材料を鍋で煮とかし温かいうちにハケで表面に塗っていく。
5. お皿に盛りつけてクリームを絞り、あまったシロップを回しかけブリオッシュの蓋をする。

日常のブログについては、
[HTTPS://KOMETOHACHIMITHU.COM/](https://kometohachimithu.com/)をご覧ください。

作る際のポイント

- 生米(浸水後)とは、生米を良く洗って2時間以上水に浸し使用前に良く水気を切ったものです。乾燥させる必要はありません！
- ドライ酵母をドライイーストで代用すると臭みが出てしまいます。

美味しさの秘密は酵母の味です。
スーパーでも販売されています。



- 無調整豆乳はスゴイサイズを使用するとより生クリーム感が強く出せます。

作ったこと、受講したこと
良かった点などレビューや
LINE・SNS等でメッセージ頂けると
今後の励みにいたします♡