

お茶を使った給食レシピ (デザート)



抹茶蒸しパン

材料	分量(一人分)
抹茶	0.3 g
牛乳	10 g
三温糖	1.5 g
サラダ油	1 g
ホットケーキミックス	15 g
	g
	g
	g
	g
	g

作り方

- ① 抹茶をホットケーキミックスに混ぜる。
- ② 材料を合わせ、①を混ぜていく。
- ③ カップに入れてスチームで10~15分蒸す。

ほうじ茶蒸しパン

材料	分量(一人分)
ホットケーキミックス	20.00 g
水	20.00 g
上白糖	1.50 g
ほうじ茶	0.35 g
チョコチップ	3.50 g
マフィンカップ	g
	g
	g

作り方

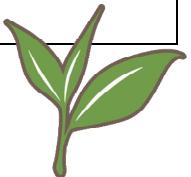
- ① ほうじ茶はフードプロセッサーで細かくする。
- ② ホットケーキミックス、水、上白糖、①を混ぜ、生地を作る。
- ③ マフィンカップに②を入れ、チョコチップをふる。
- ④ スチームコンベクションオーブン蒸しモードで、約 20 分蒸す。

※緑茶でやると、蒸した後、色が変わってしまいます。ほうじ茶でやるとその心配はありません。

※チョコチップを、豆やさつまいもの角切り等にかえてもいいです。

お茶と豆腐のマフィン

材料	分量(一人分)
ホットケーキミックス	10 g
粉末茶	0.38 g
絹ごし豆腐	8 g
液卵	5.5 g
牛乳	8 g
上白糖	3.8 g
有塩バター	2.5 g
オリーブオイル	0.5 g
蒸し小豆	1.85 g
作り方	
① 豆腐の水をきって、なめらかになるまでつぶす ② 粉末茶とミックス粉をまぜてふるう ③ 材料をさっくり混ぜる ④ カップに③を入れ、小豆をのせ、オーブンで焼き上げる	



抹茶カスタードクリーム

材料	分量(一人分)
コーンスターチ	3.90 g
砂糖(上白)	7.20 g
牛乳	40.00 g
鶏卵(液卵)	6.50 g
バター	0.26 g
抹茶	0.35 g
生クリーム	10.00 g
バニラエッセンス	0.01 g
作り方	
① 抹茶と少量の牛乳をミキサーで溶いておく ② 点火する前の蒸気回転釜に、コーンスターチ、砂糖、牛乳、鶏卵を入れ、混ぜ合わせておく ③ 点火後、ゆっくりと攪拌し、10 分程加熱する。①を入れ、攪拌を続けながら生クリーム、バターを入れる。 ④ さらに 20~30 分ほど攪拌を続け、なめらかでつやが出て適度な固さになったところで、バニラエッセンスを加える。 ⑤ 中心温度を確認し、消火。 ⑥ 配缶(消火後も、配缶が始まるまで攪拌を続ける。)	