



港区HOPプロジェクト



街にホップを 育てよう!

ホップ酵母を使った料理を作ろう!



港区 HOP プロジェクト
MENU
1

蒸しパン



材料

- | | | | |
|----------|--|----------|--|
| A | <ul style="list-style-type: none"> • にんにく10g • ソーセージ120g • バター30g | C | <ul style="list-style-type: none"> • 牛乳120g • ホップ水10g • パセリビュレ10g |
| B | <ul style="list-style-type: none"> • 砂糖20g • 薄力粉120g • 塩3g • 黒胡椒30 回 • ベーキングパウダー10g | D | <ul style="list-style-type: none"> • チーズ40g • バジル5g |

- 調理器具**
- | | | | | | |
|--------|----------------|--------|---------|---------|-------|
| • 包丁 | • まな板 | • 爪楊枝 | • 耐熱容器 | • 電子レンジ | • ラップ |
| • ザル | • ボウル中/大 | • ゴムベラ | • ホイッパー | • スケッパー | |
| • スプーン | • カップ (15~18個) | • 蒸籠 | • 計り | | |

作り方

- A** の下処理。
にんにくはみじん切り、ソーセージは1cm幅に切り、バターは1cm角のサイコロ状に切っておく。別で **D** のバジルを刻んでおく。
- 耐熱容器に切っておいた **A** の具材を入れてラップをし、600wの電子レンジで1分加熱する。
- B** をザルでふるっておく。
- 2** を大きいボウルに移し替え、そこに **C** を入れてホイッパーで混ぜ、**3** の粉類を少しずつ入れながら更に混ぜていく。
しっかり混ぜ合わさったらチーズと刻んだバジルを加えて軽くかき混ぜる。
- カップに30gずつ流し込み、沸騰した蒸し器で7分ほど蒸して完成。

港区 HOP プロジェクト
MENU
2

チュロス



材料

- | | |
|----------|---|
| A | <ul style="list-style-type: none"> • 米粉200g • 黒糖90g • ベーキングパウダー10g • 塩1g |
| B | <ul style="list-style-type: none"> • 福島のひまわり油30g • バニラエッセンス5 滴 • 豆乳260g • ホップ水20g |



- 調理器具**
- | | | |
|--------|---------|-----------------------|
| • ボウル大 | • ホイッパー | • バット (米粉まぶす用 / 油きり用) |
| • 網 | • リード | • フライヤー |

作り方

- A** の粉類をボウルに入れ、泡だて器で混ぜる。
- B** を **1** に少しずつ加えてよく混ぜ、手で1つにまとめる。
- 好きな形に伸ばし、周りに米粉をまぶす。
- 約160°Cの油で揚げ、生地が浮き上がってきたら取り出しリードペーパー又は網をしいたバットにおき、油を切る。
- 油が切れたら完成。



港区 HOP プロジェクト
MENU
3

苺とホップの カップケーキ

材料

- | | | | |
|----------|--|----------|--|
| A | <ul style="list-style-type: none"> • 鏡石の苺200g • 鏡石の甘酒100g • ホップ水20g | C | <ul style="list-style-type: none"> • 鏡石の苺350g • 砂糖175g • レモン果汁35g |
| B | <ul style="list-style-type: none"> • 福島のひまわり油30g • 平飼卵2g • 砂糖60g • ホットケーキミックス200g • ビーツパウダー1g | | |

- 調理器具**
- | | | | | |
|--------|---------|--------|-------|----------|
| • はかり | • ゴムベラ | • スプーン | • ボウル | • ケーキカップ |
| • 耐熱容器 | • 電子レンジ | | | |

作り方

- A** の苺を耐熱容器に入れてラップをかけ、電子レンジ 500wで1分加熱する。
甘酒とホップ溶液を加えてハンドミキサーにかける。
- ボウルに **B** の材料を計量して入れ、**A** を加えて良く混ぜ合わせる。
- ホットケーキミックスとビーツパウダーを入れてダマが無くなるまで混ぜ合わせる。
- カップの8分目くらいまで流し入れます。電子レンジ500wの電子レンジで1分加熱する。
竹串を刺して生地が付いてこなくなるまで30秒ずつ加熱し完成。
- 鍋に **C** を入れ、ゴムベラで砂糖を全体的にまぶすよう混ぜてから、火にかける。
焦がさないように混ぜながら煮詰める。