

お客様の身近な
冷蔵庫代わりでありたい

Y'Smart
ワイズ



お店でお買い物をされるお客様に、バランスよく栄養をとれ、簡単に作れておいしく食べられるレシピを



ワイズmartの
オリジナル
動画レシピです。

Y'Smartkitchen
ワイズ

<https://www.ysmart.co.jp/shopinfo/shopinfo-9460>

詳しくはこちら

みんなを笑顔にする「おいしい」の魔法



学校法人 滋慶学園

東京ベルエポック製菓調理専門学校

東京都認可の専修学校/厚生労働大臣指定製菓衛生師養成施設・調理師養成施設
特定非営利活動法人 日本フードコーディネーター協会認定校

〒134-0083 東京都江戸川区中葛西4-2-5 TEL.03-5878-3397(代)



詳しくはこちら

meiji

製菓調理専門学校の学生考案!

明治商品を使った

おうちで簡単レシピ



スコーン

米田エステルさん

チョコ
ヨーグルト

中辻奈月さん

ヨーグルトで
ティラミス風

澤田光里さん

キーマサンド

澤田光里さん 共同考案
佐藤来実さん

Y'Smart・東京ベルエポック製菓調理専門学校・明治 共同企画

スコーン

調理時間
約25分

〈材料(8個分)〉



- 明治エッセルスーパーカップ超バニラ…1個
- 明治スプレッタブル……………50g
- ホットケーキミックス……………300g
- 砂糖……………30g



〈作り方〉

- ①ホットケーキミックス・スプレッタブル・砂糖をボウルに入れて混ぜる
- ②①のボウルにスーパーカップを入れ混ぜる
- ③②がまとまったら、三角形に整える
- ④200℃に予熱したオーブンで15分焼いて完成

Point

①を混ぜてから、スーパーカップを入れることでだまになりにくくなります。

ヨーグルトで ティラミス風

調理時間
約15分
ヨーグルトの
水切り時間を
除く

〈材料(4名分)〉



- 明治ブルガリアヨーグルト LB81 プレーン… 400g
- 明治エッセルスーパーカップ超バニラ……………100mℓ
- 牛乳…45mℓ(大さじ3)
- インスタントコーヒー…10g
- ゼラチン……………5g
- お湯(水)……………60g
- はちみつ ……30g
- ココアパウダー……………少々
- ビスケット……………90g
- ミントの葉……………適量



〈作り方〉

(下準備)ヨーグルトをひと晩水切りしておく

- ①牛乳にゼラチンをいれてふやかす
- ②ボウルにスーパーカップ、水切りしたヨーグルト、はちみつをいれてよく混ぜ合わせる
- ③ふやかしたゼラチンを600wの電子レンジで20秒温め、②にまわし入れ、素早く混ぜ合わせる
- ④インスタントコーヒーをお湯(もしくは水)でとかし、ビスケットをひたして、器に敷き詰める
- ⑤ビスケットの上にヨーグルト生地を流し、1-2時間冷蔵庫で冷やす
- ⑥お皿に盛り、ココアパウダー、ミントをのせて完成

Point

ゼラチンがだまにならないよう、よくとかしてから素早く混ぜるのがコツです。だまになった場合は、こしてから使いましょう。



ポ

今回はバナナアイスを使いましたが、他の味を使えば風味が変わってアレンジを楽しめます。

家庭で作るには難しそうなイメージがありますが、混ぜるだけで簡単なレシピを考案しました。

スコーン

製菓調理専門学校の
学生が考えた
おうちで簡単レシピ



米田エステルさん



明治エッセル
スーパーカップ
チョコクッキー



明治エッセル
スーパーカップ
抹茶



明治スプレッタブル

私たちの

ーナダわり



中辻奈月さん

チョコヨーグルト
日頃よく食べているヨーグルトとチョコプレート効果を一緒に食べられたらいいなと考え、考案しました。



ポ

ヨーグルトの乳酸菌とチョコプレートのポリフェノールで美味しく健康なレシピを意識しました。今回は固めにつくるためにひと晩水切りしてありますが、水切り時間を短くすると柔らかい食感になります。
完成後に10〜15分ほど冷蔵庫で冷やすのもおすすめです。



チョコレート効果
CACAO72%



明治
ブルガリア
ヨーグルト
LB81 プレーン

ポ



パブリカで彩りを添えました。にんじんなどの野菜で代用しても◎。使う材料が少なくても美味しく出来るよう、入れる野菜の量を多くするように工夫しました。玉ねぎの甘さでカレーの辛さも和らぎ、チーズとの相性も抜群です。



澤田光里さん
佐藤来実さん
共同考案

キーマサンド
カレーを使った簡単な軽食を作りたくて考えました。



銀座カレー中辛



明治北海道十勝
とろける
スライスチーズ

ポ イント

ポ

マスカルポーネチーズの代わりに水切りヨーグルトを使用しました。はちみつとアイスの甘さで仕上げたさっぱりとしたテイラミスです。ゼラチンも簡単にレンジのみで加熱できるよう工夫しています。



明治
ブルガリア
ヨーグルト
LB81 プレーン



明治エッセル
スーパーカップ
超バナラ

ヨーグルトで
テイラミス風
家で簡単に作れるデザートを考えました。



澤田光里さん

キーマサンド

調理時間
約30分

〈材料(4名分)〉

明治北海道十勝とろけるスライスチーズ…4枚

銀座カレー中辛……………1個 豚ひき肉……………250g

玉ねぎ……………1個 オリーブオイル…………大さじ1

パプリカ……………1/8個 塩コショウ……………少々

にんにく……………1/2切れ お好みのパン……………4つ

しょうが……………10g



〈作り方〉

- ①玉ねぎ、パプリカ、にんにく、しょうがをみじん切りにする
- ②オリーブオイルをひいたフライパンで、にんにくを弱火で炒める
- ③香りが出てきたら、玉ねぎ、パプリカ、しょうがを炒め、玉ねぎがしんなりしたら、ひき肉、塩コショウを入れてさらに炒める
- ④ひき肉に火が通ったら、銀座カレーを入れ水分をとばす
- ⑤お好みのパンにチーズをはさみ、カレーをのせて180℃に予熱したオーブンで4分焼いて完成

Point

玉ねぎがこげやすいので、弱火でじっくり炒めます。

Point

トースターを使用する場合、チーズがとけて落ちないようにアルミホイルを敷きます。

チョコ ヨーグルト

調理時間
約15分
ヨーグルトの
水切り時間を
除く

〈材料(2名分)〉

明治ブルガリアヨーグルト LB81 プレーン…200g

チョコレート効果CACA072%……………75g

いちご……………適量 冷凍ラズベリー…適量

きび糖……………お好み



〈作り方〉

(下準備)ヨーグルトをひと晩水切りしておく

- ①ボウルにチョコレートを入れて、混ぜながら湯せんでとく
- ②別のボウルにヨーグルト少量を湯せんし、きび糖を混ぜる
- ③①と②、残りのヨーグルトを入れて混ぜ合わせる
- ④器に流して、いちごとラズベリーを飾って完成