

米粉クッキー

調理学第2研究室 奈良 美里

<目的>

昨年起きた震災において、私にも何かできることはないと考えた。そこで私は東北支援として、東北の米粉を利用してクッキーを作ることにした。クッキーを作ることにより、米の利用量、米の拡大を望んだ。今までアレルギー対応の卵なしクッキーを作っていましたが、今の段階ではまだ硬い為卵入りクッキーにした。

<材料・作り方>

バター	120g	バニラオイル	少々
砂糖	150g	卵	1個
重曹	小 1/3	米粉	240g
水	小1	塩	少々

①ボールにバターを入れ柔らかくして砂糖を入れ良くすり混ぜ

水溶き重曹、塩、バニラオイルを入れ良くすり混ぜる。

②①の中に割りほぐした卵を入れ、クリーム状にする。

③最後に小麦粉をさっくり混ぜて軽くこねてまとめる。

④出来た生地を4等分にして型取りをする。

天板に並べ 170℃で 13～15 分焼く。



<結果・考察>

今回初めて卵入りのクッキーを作りましたが、卵なしのに比べると食感や風味が良好であった。これからはさらにおいしい米粉クッキーを作る研究と共に、アレルギー対応の米粉クッキーを食感、風味良く出来るように研究をする。今回東北支援として東北の米粉を使いましたが、違う産地の米粉、湿度なども変えて作っていく。また今回のレシピ、アレルギー対応のレシピをベースにして、ココア・野菜パウダー・野菜チップを使い種類豊富、色鮮やかな米粉クッキーも挑戦していく。