



## ヨーグルト・ぐるぐる

最優秀賞 受賞レシピ

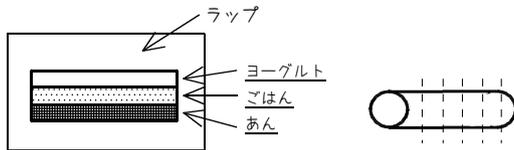
《材料 10人前》 鳥海高原ヨーグルト加糖を使用

- ・もち米 2カップ
- ・こしあん 250g
- ・ヨーグルト 適量

### 《作り方》

下準備 ・もち米をおこわモードで炊飯器で炊く。  
 ・ヨーグルトはキッチンペーパーで水分を抜いておく。

- ① 巻きすの上にラップをしき、あん、ごはん、ヨーグルトをのせ、巻き寿司の要領でまく。
- ② ロール形にし、切り分ける。



鳥海やわた観光株式会社



## ヨーグルトのカボチャ（こぶき）シフォン ヨーグルトソース添え

ゆりんこ賞 受賞レシピ

《材料 6人前》 鳥海高原ヨーグルト無糖を使用

- |            |      |        |      |
|------------|------|--------|------|
| ・薄力粉       | 30g  | ・卵白    | 130g |
| ・米粉        | 30g  | ・砂糖    | 60g  |
| ・卵黄        | 44g  | ・ヨーグルト | 200g |
| ・かぼちゃ（こぶき） | 150g | ・生クリーム | 50g  |
| ・ヨーグルト     | 40g  | ・砂糖    | 15g  |
| ・米油        | 28g  |        |      |

### 《作り方》

- ① ギャルにキッチンペーパーを2枚しき高さのある皿にのせ半日冷蔵庫に入れ水切りヨーグルトを作る。
- ② 生クリームに砂糖を入れ泡立てる
- ③ 生クリームと水切りヨーグルトを泡立て器で混ぜる。
- ④ オープンを170度にあたためておく。
- ⑤ カボチャを600wで7分あたためる。
- ⑥ あたためたカボチャとヨーグルトをミキサーにかける。
- ⑦ 卵白を冷蔵庫で冷やす。薄力粉と米粉をふるいにかける。
- ⑧ 卵黄、カボチャヨーグルト、米油をホイッパーでしっかり混ぜる。そこにふるった薄力粉、米粉を入れ粉っぽさがなくなるまで混ぜる。
- ⑨ 卵白をハンドミキサーで泡立てる。砂糖を3回に分け入れツノのしっかり立つメレンゲを作る。
- ⑩ 卵黄生地にメレンゲの1/4を入れホイッパーでしっかり混ぜる。残り半分をゴムベラで2回に分け混ぜ170度のオープンで40分焼く。
- ⑪ 焼けたら逆さにしてさます。さめたら好きな大きさにカットしてヨーグルトソースをそえる。

鳥海やわた観光株式会社



## 秋の果物たっぷりヨーグルトパルフェ

鳥海山荘賞 受賞レシピ

《材料 16人分》 鳥海高原ヨーグルト無糖を使用

- |                |       |         |      |
|----------------|-------|---------|------|
| ・ヨーグルト         | 400g  |         |      |
| (水切り後 200gを使用) |       |         |      |
| ・生クリーム         | 200cc | ・ビスケット  | 100g |
| ・砂糖            | 60g   | ・溶かしバター | 50g  |
| ・ハックルベリージャム    | 大さじ1  | ・牛乳     | 大さじ1 |
| ・お好みの果物        | 適量    |         |      |
| ・レモン汁          | 適量    |         |      |

### 《作り方》

- ① ビスケットを袋に入れて細かくくだき、溶かしバターと牛乳を揉み込んでなじませ、ラップをしいたまま板に広げながら3mmほどの厚さに固め、型の大きさに合わせカットする。冷蔵庫で冷やす。
- ② ヨーグルトをキッチンペーパーをしいたギャルに入れ、包んで皿などおもしろをして、水切りする。(15分程度)
- ③ 生クリームをボウルに入れ砂糖と共に8分立てにする。
- ④ 水切り後のヨーグルトを別のボウルにいれ、ジャムとまぜる。
- ⑤ ゴムベラで生クリームのボウルにヨーグルトのボウルの中身を入れさっくりとまぜ、大きめの容器に入れ、冷凍庫で冷やす。
- ⑥ 1時間後に冷凍庫から容器を取り出しスプーンでかきまぜる。
- ⑦ さらに1時間後、冷凍庫から容器を取り出しスプーンでかきまぜる。
- ⑧ 果物の皮むきやカットをして、レモン汁であえておく。
- ⑨ 2回目かきまぜてからさらに1時間後、3回目のかきまぜを行い、キッチンペーパーで水分をふきとった果物をクリームにまぜこむ。
- ⑩ 凍らせる型にラップをしき、果物入りクリームを入れ、ビスケットの土台を乗せて冷凍庫で凍らせる。(2~3時間)
- ⑪ 冷凍庫から出し逆さまにして中身を取り出す。2cm幅でカットする。

鳥海やわた観光株式会社



## 庄内柿のしっとりヨーグルトカステラ

ヨーグルト工房賞 受賞レシピ

《材料 15cm×15cmの角型》

鳥海高原ヨーグルト無糖を使用

- |        |      |            |      |
|--------|------|------------|------|
| ・卵     | 4個   | ・はちみつ      | 大さじ2 |
| ・上白糖   | 120g | ・強力粉       | 100g |
| ・ヨーグルト | 45g  | ・柿のドライフルーツ | 25g  |

### 《作り方》

- ① 新聞紙を6枚重ね、45cm×31cmの長方形に切り、クッキングシートを重ね箱を折る。
- ② ヨーグルトとはちみつは合わせて、湯煎で温めておく。柿は小さく切っておく。
- ③ 常温に戻した卵と上白糖をボウルに入れ、湯煎しながら字が書けるくらいまで泡立てる。
- ④ 温めておいたヨーグルトとはちみつを加え、さらに泡立てる。
- ⑤ 強力粉を2回に分けて加え、もったりするまで泡立てる。
- ⑥ 柿を加え、軽く混ぜる。
- ⑦ 型に流し、180度で10分。160度で45分焼き、焼き上がった熱いうちに型からはずし、ラップに包み上下逆さまにして一晩冷ます。

鳥海やわた観光株式会社



## ヨーグルトカレーだれ+鶏カツ

ヨーグルト工房賞 受賞レシピ

### 《材料 2人分》 鳥海高原ヨーグルト無糖を使用

- |       |      |        |        |
|-------|------|--------|--------|
| ・にんにく | 大さじ2 | ・ヨーグルト | 大さじ4   |
| ・塩    | 大さじ2 | ・サラダ油  | 大さじ4   |
| ・こしょう | 大さじ2 | ・砂糖    | 小さじ1   |
| ・小麦粉  | 大さじ2 | ・カレー粉  | 小さじ1/2 |
| ・たまご  | 大さじ2 | ・塩     | 小さじ1/3 |
| ・パン粉  | 大さじ2 |        |        |
| ・あおさ  | 大さじ2 |        |        |
| ・油    | 大さじ2 |        |        |

### 《作り方》

- ① 鶏肉ににんにく、塩、こしょうで下味をつけておく。
- ② 小麦粉、卵、パン粉にあおさを混ぜたものをまぶす。
- ③ フライパンで焼く。
- ④ ボールにヨーグルトカレーだれの材料を混ぜる。
- ⑤ 器に鶏肉を盛り、ヨーグルトカレーだれをかける。