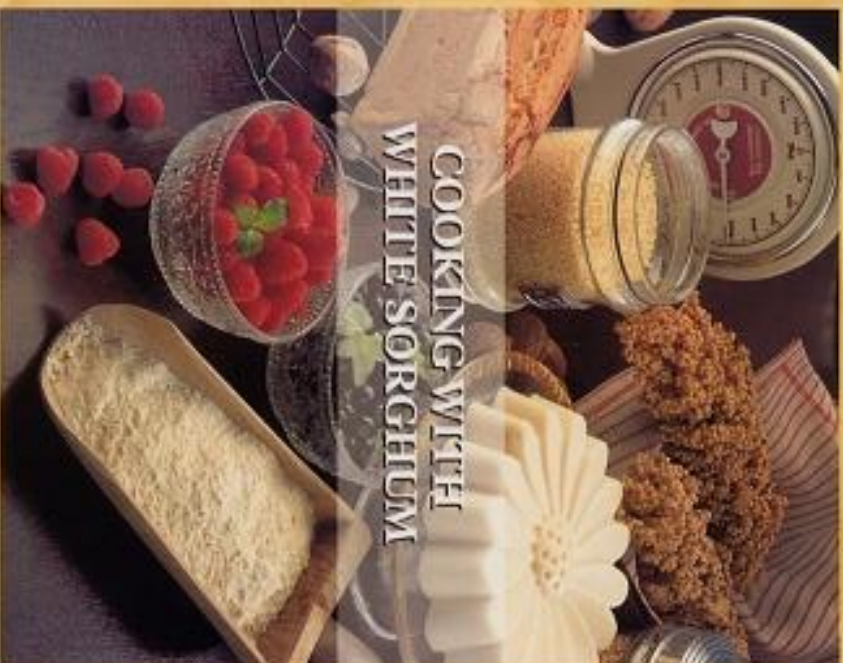


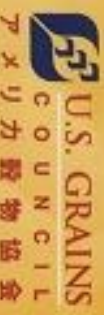
『ホロイトソルガム・タツキンダ』

—ホロイトソルガムの粒と粉を使って—



COOKING WITH
WHITE SORGHUM

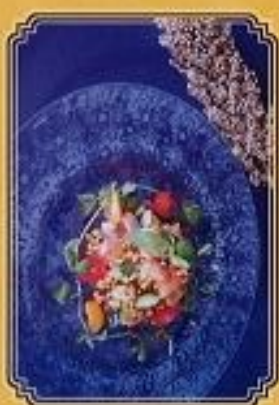
ホロイトソルガムは、自然に近い作物（イネ科）であり、さまざまなアレルギーに対応できる無味無臭に近い食品です。また、小麦に含まれるグルテンを含まないため、グルテンアレルギーの方の対応食品としても注目されています。食物繊維も豊富で、健康食品としても優れているこのホロイトソルガムの粒、そして粉を使った新しい料理をご紹介します。



〒107-0052 東京都港区赤坂1丁目1番14号 東信酒造ビル7F
TEL: (03)3505-0601 FAX: (03)3505-0670

Sorghum and Bread Salad with Tomato Dressing

ソルガムとパンのサラダ トマトレタッソング



新でたソルガム粒をフランスパンと相えたお洒落で爽やかなサラダです。

【ソルガムとパンのサラダ】 材料(6人前)

ソルガム粒	500g	トワト(Tem角切の)	1ヶ
サフラン	0.5g	赤玉葱	1ヶ
水	800ml	瓠瓜	2ヶ
ツルコグレソット(Tem角切の)	1本	豆腐	30g
チェリートワト(1/2カット)	12ヶ	スイートパプリカ(千切の)	12枚
イエロートワト	12ヶ		

【作り方】

1. ソルガムを水洗いして、水に1時間浸しておき、サフランを加えて炊飯器で炊く。
2. 1を冷ましておき、ソレツド、トワト類、玉葱、瓠瓜、豆腐、パプリカをドレッシングで和えて、10分間おいて、塩、胡椒で味を調える。

【トワトレタッソング】

トワトジュース	90ml	塩	少々
ソレュービネガー	30ml	白胡椒	少々
オリーブオイル	120ml		

【作り方】

1. トワトジュースとソレュービネガーを合わせてオリーブオイルを少しずつ加えて、つなぎ、塩、胡椒で味を調える。

Deep Fried Sorghum Dumpling Thai Style

タイ風ソルガム入りサツマ揚げ



タイで一般的な揚げ物を、どうもろこしの代わりにソルガムの粒を加え、独特な食感に仕上げました。

【タイ風ソルガム入りサツマ揚げ】 材料(7人前)

ソルガム粒(スチーム)	200g	ココナツミルク	10ml
白身魚のすり身	250g	エソゲン(スライス)	15g
ソレトカシューベスト(タイ風)	10g	スイートパプリカ(フライ)	12枚
ライムジュース(おしん切の)	5枚	カラダ菜	12枚
卵白	1/2ヶ		

【作り方】

1. ソルガム、魚のすり身、卵白を良く合わせる。
2. カシューベストをココナツミルクで伸ばしライムジュースと共に1に加え、30gの団子状にし、真ん中を凹ませ、180℃の油で揚げろ。
3. サラダ菜と、パプリカフライを飾り、きゅうりのビュルスを添える。

【きゅうりのビュルス】

きゅうり(風切の)	2本	ローズビーナツツ(削た粉)	30g
エソカロホ(スライス)	40g	塩	20g
スイートパプリカ(スライス)	100g		

【作り方】

1. きゅうり、エソカロホを合わせて塩を加え水気を出し、良く水気を切る。
2. スイートパプリカで、1を漬け込む。仕上げりにビーナツツを添える。

グリルハンギングテンダーと香草ソルガム添え 中華風黒胡椒ソース



“ハラミ”のお肉をハカイヤ等でマリネし、
オーブンで焼いたソルガムを添えました。

【グリルハンギングテンダーと香草ソルガム添え】 材料(6人前)

ハンギングテンダー(牛肉)	300g	大豆	18g
ハカイヤ	18g	オクラ12カット	6本
ガーリック	5g	チキンブイヨン	300ml
砂糖	25g	グリーンハカイヤ細切り	30g
醤油	75ml	コリンチュウソウソダ	3本
黒胡椒	少々	水菜	12本
水	150ml	中華風黒胡椒ソース	120ml
アスパラガム細切1カット(ホイル)	6本	バター	40g
ヤングコーン粒約10カット(ホイル)	6本	香草ソルガム	300g

【中華風黒胡椒ソース】 黒胡椒、ゆずダレ30g、味の素50g、塩30g、A1ソース60g、砂糖80g、ソースニンジンソース15g、トマトケチャップ80g、中国醤油20g、チキンブイヨン1,440mlに、トナー(中国黒豆)20gをみじん切りにして、黒胡椒20gを炒めたものを加えて火にかける。

【香草ソルガム】 煮いたソルガム量(300g)に、チリコリアンダーオイル(グリーンチリ)200g、コリンチュウソウソダ100g、オーブンオイル100mlをミキサーにかけたものを加えて炒め、塩、胡椒で味を調える。

【作り方】

1. ガーリック、砂糖、ハカイヤ、醤油、水、胡椒をミキサーで回してマリネソースを作り、ハンギングテンダーを2時間以上マリネし、炭火又は、グリルなどでチリコリアムに焼き上げ、ソースを添える。
2. アスパラに塩めの塩とバターをして、アスパラ、空豆、ヤングコーン、オクラをボイルする。
3. 皿の中央に盛りつけた香草ソルガムを盛り付け、Jを盛り付け、周りに2を散らす。
4. 3のトピックにグリーンハカイヤを盛り付け、コリアンダーと木葉を添える。

ソルガムプディングとソルガムクレープ アイスクリーム添え



ソルガムの粒からプディングをつくり、
ソルガム粒のクレープでくるんだ楽しさあふれるデザートです。

【ソルガムプディング】 材料(20人前)

ソルガム粒	80g	全卵	10g
ミルク	500ml	グラニュー糖	50g
砂糖	100g	ソルガムパウダー	400g
卵黄	4ヶ分	無塩バター	150g
セラチン	15g	ミルク	800g
生クリーム	200ml	パニコリアスクリーム	
フィノトチエリー	50g	グラニュー糖	
レーズン	20g	ブルーベリー 季節の物	
キリッジュ酒	15ml	ソルガムソース	
		(ほろほろとしたソース〜黒胡椒と塩のソース)	

【ソルガムクレープ】 材料(50枚分)

全卵	10g
グラニュー糖	50g
ソルガムパウダー	400g
無塩バター	150g
ミルク	800g
パニコリアスクリーム	
グラニュー糖	
ブルーベリー 季節の物	
ソルガムソース	
(ほろほろとしたソース〜黒胡椒と塩のソース)	

【作り方】

1. ミルクでソルガムの芯が無くなるまで明火で煮込む。
2. Jの中に砂糖を加えた卵黄を入れて良く混ぜ合わせ、熱いうちに水でふやかしたセラチンを加え、溶けたら冷ます。
3. フィノトチエリーを1/8カップにして、レーズンと共にキリッジュ酒と合わせる。
4. Jが冷めたらホップクリームと合わせて3のフルーツを加え、良く混ぜ合わせる。
5. クレープを作る。
6. 全卵とグラニュー糖をボウルに入れて良く混ぜる。ソルガムを加え、溶かしバターを加えて混ぜ合わせる。45℃位に温めたミルクを加え均一に伸ばし、網で濾す。
7. フライパンに5を流し明火で両面焼く。
8. 6のクレープにJを塗りアイスクリームをのせて盛りつける。アイスクリームとフルーツを盛りソルガムソースを掛ける。

Sorghum Muffin ソルガムマフィン



アメリカンスタイルのマフィンを小麦粉の
代わりにソルガム粉で作りました。

【ソルガムマフィン】 材料(28分)

無塩バター	400g
グラニュー糖	400g
塩	10g
全卵	400g
ソルガムパウダー	1kg
ベーキングパウダー	20g
ミルク	300ml

【作り方】

1. バター、塩、グラニュー糖を混ぜ合わせてクリーム状にする。
2. Jに焼き卵を少しずつ分層しない様に加える。
3. ソルガムパウダー、ベーキングパウダーを篩にかけて、Jに混ぜ合わせる。
4. ミルクをJに少しずつ加えて、マフィンカップに90%ずつしぼる。
5. 4を180℃のオーブンで25分間焼く。

Sorghum French Bread ソルガムフレンチブレッド



フランスパンの生地は、ヌガーとしたソルガム
粉を加えて、新しい食感に仕上がりました。

【ソルガムフレンチブレッド】 材料(5本分)

コリンチュウソウ	700g
ヌーバークリア粉	100g
赤松粉	200g
塩	20g
生イースト	20g
モルト	5g
水	650ml
ソルガム粉(スチーム)	300g

【作り方】

1. 生イーストを100ml(30℃)の水で溶かす。
2. ソルガム以外の材料をミキサーに入れて、Jを加えて低速で3分間回す。それにソルガムを加えてパンの生地を作る。
3. 油を掛けたボール(生地の3倍位の大きさのボール)に入れてラップをして、2時間発酵させる。
4. 生地が3倍に発酵したら、ガス抜きをする。
5. 10分後に1個100gに分ける。15分後に成形する。
6. 成形した生地を布で約1時間発酵させる。
7. 生地に切れ目を入れて200℃のオーブンで35分間焼き上げる。