



# Contents

## もくじ

ざいりょう  
材料 3

道具 4

調理器具／この本に出てくる用語 5

かし お菓子をつくる前に／ざいりょう 材料のはかり方 6

ひ か げん 火加減の見分け方／らんおう 卵黄とらんぱく 卵白の分け方 7



## 《友チョコにも！ バレンタインデー》

クランチチョコ 8

アーモンドチョコ 10

チョコレートバーク 12

ポテチチョコ 14

ガトーショコラ 16

100円ショップでラッピンググッズ 19

## 《ラッピングもかわいい！ ホワイต์デー》

アップルギモーブ 20

ジャムクッキー 24

ダックワーズ 25

マドレーヌ 30

## 《子どもに人気！ ハロウィン》

パンプキンプチレンジケーキ 32

むらさきいもボーロ 33

レモネードグミ 36

## 《誰にでも喜ばれる！ 誕生日》

ロールケーキ 38

チョコケーキ 39

フルーツロールケーキ 43

## 《ありがとうを伝える！ プチギフト》

ココナッツサブレ 44

フルーツボンボン 46

## ざいりょう 材料

この本では、100円ショップや100円コンビニで買えるものを材料1つと考えて、3つの材料「300円」で作れるレシピを中心に紹介しています。その他、たまごは2こで100円、牛乳は200mlで100円など、使用量で計算し、さとう、しお、塩、水、サラダ油は、「300円」の材料費のなかには入っていません。



たまご

カラなしで1こ60g  
がめやす。



か じゅう  
レモン果汁

レモンをしばった  
100%果汁。



ココナッツファイン

ココヤシを乾そう、  
粉末にしたもの。



こな  
粉ゼラチン

えきたい 液体を固める時に使う。



こな かんてん  
粉寒天

テングサやオゴノリな  
どの海藻が原材料。



かぼちゃパウダー

かぼちゃの粉末。



むらさきいもパウダー

むらさきいもの粉末。



コーンスターチ

とうもろこしを原料  
とするでんぶん。



かたくり粉

じゃがいもから製造さ  
れる馬鈴薯でんぶん。



フルーツグラノーラ

オーツ麦、ライ麦、玄米  
などとドライフルーツを  
まぜ合わせたもの。



ホットケーキミックス

こむぎ 小麦粉、さとう、ベーキン  
グパウダーなどを配合した  
もの。

VALENTINE'S DAY

## チョコレートバーク

へんしん  
おしゃれなチョコに変身♪Chocolate  
Bark

## 道具

はかり／クッキングシート／耐熱皿／電子レンジ／ミトン

ざいりょう

材料 [板チョコ2枚分]

ミルクチョコレート(板チョコ).....50g

フルーツグラノーラ.....40g

ホワイトチョコレート(板チョコ).....40g

## 作り方

1

クッキングシートをしいた平らな耐熱皿にミルクチョコレートをのせ、電子レンジ600Wで30秒ほど加熱する。



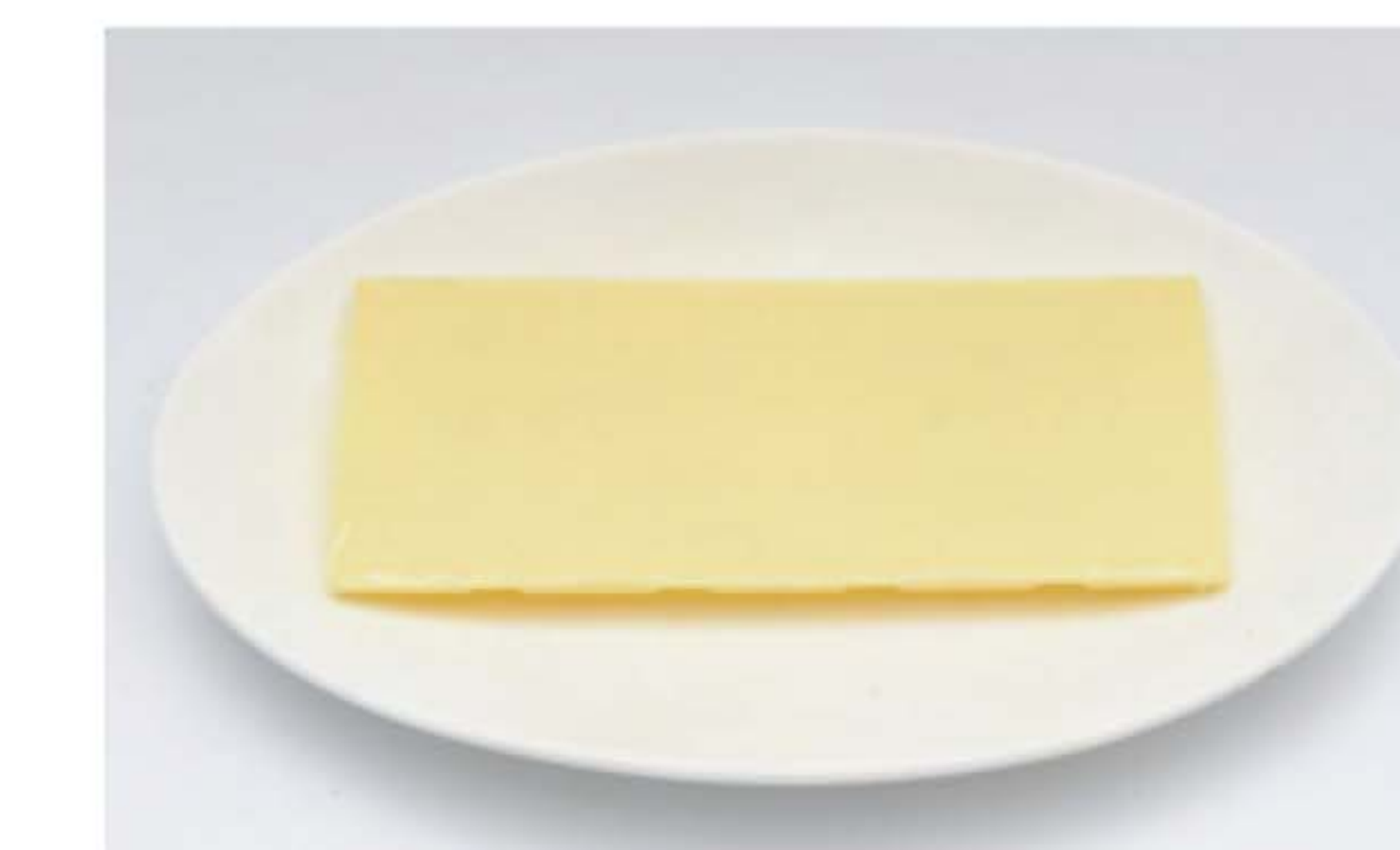
2

ミルクチョコレートが少しやわらかくなったら、フルーツグラノーラ20gをのせて指でおしてはりつける。冷蔵庫に入れ、2時間ほど冷やし固める。



3

クッキングシートをしいた平らな耐熱皿にホワイトチョコレートをのせ、電子レンジ600Wで30秒ほど加熱する。



4

ホワイトチョコレートが少しやわらかくなったら、フルーツグラノーラ20gをのせて指でおしてはりつける。冷蔵庫に入れ、2時間ほど冷やし固める。



加熱すると真ん中が特にやわらかくなるので、チョコレートを動かさないようにグラノーラをのせよう。冷蔵庫で保存しよう。



PETITE GIFT  
プチギフト

# ココナッツサブレ

カリカリ食感の南国風クッキー

Coconut  
Sable

## 道具

はかり／計量スプーン／耐熱ボウル／電子レンジ／ミトン／ボウル／スプーン／クッキングシート／クッキーローラー(5mm厚さ)／めんぼう／包丁／フォーク／オーブン

ざいりょう  
材料 [28枚分(2×4cm)]

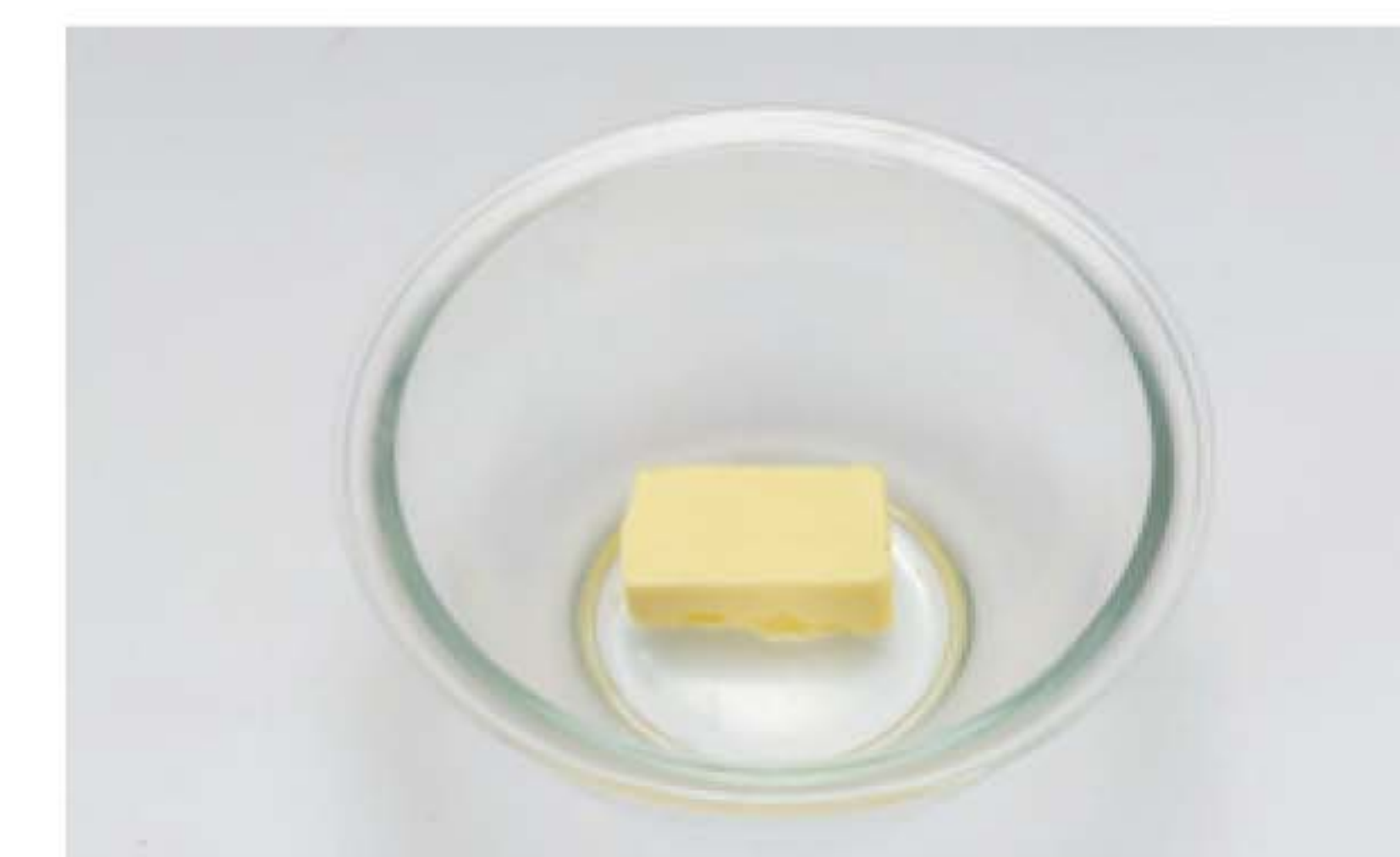
|           |     |
|-----------|-----|
| バター(有塩)   | 25g |
| 薄力粉       | 70g |
| ココナッツファイン | 25g |

|     |      |
|-----|------|
| さとう | 30g  |
| 塩   | 少々   |
| 水   | 小さじ1 |

## つくり方

1

耐熱ボウルにバターを入れ、電子レンジ600Wで30秒ほど加熱する。



2

ボウルに薄力粉、ココナッツファイン、さとう、塩を入れ、スプーンでまぜ合わせる。



3

2に1、水を加えてまぜ、ひとつにまとめる。



4

3をクッキングシートにのせて両はしにクッキーローラーをおき、めんぼうで14×16cm×厚さ5mmにのばす。



5

包丁で2×4cmにカットする。



6

5を天板にのせてフォークで穴を開け、160℃に温めたオーブンで12～15分焼く。

