

# Komeko So Sweet

## 北陸の 米粉スイーツ工房探訪記 VOL.8

### こめこのおかし 灯菓

### “発酵ヴィーガンチーズタルト”

生クリームやバターの代わりに豆腐や豆乳、米油を使ったり、小麦粉の代わりに米粉を使うちょっと風変わりなお菓子たちをプロデュースするお店「灯菓」。

米粉スイーツ専門店が作る無添加で、卵・乳製品を使わず、減農薬の米粉を使用した低グルテンのお菓子は、体に優しく、アレルギーなどで制限されている方でもおいしく食べられるとのこと。

パティシエとしての経験を活かし、「美味しさ」にこだわった「灯菓」の米粉スイーツについて、お話を伺いました。



はじめに、灯菓ホームページに、お子様のアトピーとパティシエとしての経験が「体に優しい、美味しい」という「灯菓」のコンセプトになったとありますが、このコンセプトが小麦粉に替えて「米粉」を使うきっかけになったということでしょうか？

（灯菓店長 藤井千香氏（以下、藤井店長））

元々小麦を使ったお菓子を作る仕事をしていましたが、こどものアトピー、アレルギーをきっかけに小麦粉を使わないお菓子を作りたいと考えました。そこで代替として米粉を使い始めました。

小麦粉から米粉へ切り替えることの難しさ、ご苦労されたところがあれば教えてください。

また、一般の方がはじめて「米粉」を使うときに注意することなどアドバイスをお願いします。

（藤井店長）

米粉でお菓子を作る際に苦労した点は、食感の違いと劣化のしやすさです。本来だんごやせんべいなどに使われていたようなものをいかにクッキーやケーキのような洋菓子としての食感に近づけるか。また焼きたては美味しくても時間が経つとパサついたり、固くなりやすいので美味しい状態で提供することが難しいです。

一般の方が小麦粉の代替として米粉を取り入れるなら、まずは卵やバターなどの素材と組み合わせれば洋菓子らしいお菓子を作るのはさほど難しくないとと思います。

## 「手に入る限り有機栽培や 無農薬のものを」

灯菓のお菓子作りで使用されている米粉やほかの食材について、特にこだわられているところを教えてください。

(藤井店長)

米粉は地元越前市産の減農薬米粉を主に使用しています。お菓子によって、食感を変えるために粒子の細かい米粉をブレンドして使うこともあります。

素材については、なるべく国産で、手に入る限り有機栽培や無農薬のものを使うようにしています。

例えば、白砂糖は北海道産甜菜糖、オーガニックメープルシロップに、バターは米油、有機ココナッツオイルに、牛乳は国産大豆豆乳にという具合です。

今、販売されているお菓子の中で、特にこの秋おすすめのものは何ですか？



(藤井店長)

「発酵ヴィーガンチーズタルト」です。

発酵ヴィーガンチーズタルトのセールスポイントは。

(藤井店長)

自家製の豆乳ヨーグルトなど、発酵食品をたっぷり使用。ヘルシーかつ濃厚なチーズ風味のフィリングとサクサクのタルト生地がマッチしています。

クリスマスケーキなどのデコレーションのオーダーも可能でしょうか。可能であれば、オーダー例を教えてください。

(藤井店長)

バースデーなどホールケーキのオーダーを髓



時受け付けています。

また、今年のクリスマスケーキはいちごのショートケーキ、ガトーショコラ、発酵チーズタルトを予定しています。

## 「特にアレルギーを お持ちでなくても」

グルテンフリーであることは大きなセールスポイントと思いますが、最近の傾向としては、健康面への配慮からグルテンフリーの食生活に取組まれる方も増えてきているのではと思います。実際に米粉製品を製造販売されている現場ではどのように感じられていますか？

（藤井店長）

特にアレルギーをお持ちでなくても、健康のためにグルテンフリーを意識した商品を探して来られるお客様が少しずつ増えてきていると感じます。女性に多いようです。

小麦高騰の影響もあり米粉が注目されていますが、一過性のものではなく継続的に米粉の普及推進を図るうえで大切なポイントは。

（藤井店長）

食料自給率を上げるという点でも、米粉に注目が集まるのは良いことと思います。米粉でも美味しいと感じられる食品が増えて気軽に手に入るようになれば、おのずと普及が進むのではと思います。

ありがとうございました。



# Komeko Sweets Shop

「発酵ヴィーガンチーズタルト」のお求めはこちらで

福井県越前市粟田部中央2丁目 805

Tel 090-8097-8157

定休日：不定休/Instagram要確認

11:00~16:00

Instagramはこちらから



通販ページはこちらから

