



第5回

濃厚な味、豊かな香り 「抹茶スイーツ」

国産食材を使った、かわいくて初心者でも作りやすい和スイーツのレシピをプロに教えてもらう連載企画。
今回のテーマは「抹茶」。鮮やかな若草色とふくよかな香り、濃厚でほろ苦い味わいが魅力の抹茶を駆使し
た、甘すぎない大人の和スイーツ2品を紹介します。

レシピを教えるのは…

日本茶スタンド
「Satén japanese tea」
オーナー茶リスタ 小山和裕さん

2012年に茶リスタの道を志す。「表参道 茶茶の間」や吉祥寺「UNI STAND」を経て、2018年に西荻窪「Satén japanese tea」を開業。日本茶を使ったオリジナルのドリンクやスイーツを提供し、日本茶カフェブームを牽引中。株式会社抽出舎代表。日本茶メディア「Re:leaf Record」運営、抹茶ラテアート大会「Japan Matcha Latte Art Competition」主催など、日本茶をめぐるさまざまな事業を展開している。

公式サイト



抹茶塩杏仁



優しい甘さのぷるぷる杏仁豆腐に ほどよい塩気と苦味を加えた新感覚スイーツ

中国料理のデザートとしておなじみの杏仁豆腐は、優しい甘さとぷるぷるなめらかな食感で人気。これに抹茶ソースで和風味をプラスし、ほかにはなかなかないオリジナルの一品に。抹茶のほろ苦さが、杏仁豆腐にほんのり加えた塩気や、トッピングしたみかんの甘酸っぱさと相まって、奥深い味わいを演出します。おしゃれなグラスに盛り付ければ、おもてなしの食卓でも好評を博すこと間違いなしです。

【 材料（100ミリリットルの容器5個分） 】

<塩杏仁>

杏仁豆腐ミックス	1袋（60グラム）
牛乳	250ミリリットル
水	100ミリリットル
塩	1グラム

<抹茶ソース>

さとうきび糖	30グラム
生クリーム（35%）	70ミリリットル
牛乳	170ミリリットル
コーンスターチ	8グラム
抹茶	8グラム

みかん（缶詰）	適量
---------	----

【 用意する器具 】

グラスやプリンカップなどの容器 5個
(100ミリリットル)

【 下準備 】

塩杏仁用の牛乳は150ミリリットルと100ミリリットルに分ける。※牛乳を2回に分けて入れることで、なめらかな食感に仕上がる。

【 作り方 】

1



鍋に杏仁豆腐ミックス、牛乳150ミリリットル、水、塩を入れ、泡立て器でよく混ぜ合わせる。

2



中火にかけ、よく混ぜながら加熱する。しっかり沸騰したら火を止め、残りの牛乳100ミリリットルを加えて混ぜ合わせる。

3



②をグラスなどの容器に漉しながら均等に流し入れる。あら熱を取り、冷蔵庫で1時間ほど冷やし固める。

4



抹茶ソースを作る。鍋にさとうきび糖、生クリーム、牛乳を入れ、よく混ぜ合わせながら50度になるまで加熱する。

5



ボウルにコーンスターチと抹茶を漉しながら入れる。そこへ④を少量ずつ加えながら混ぜ合わせる。

POINT

ダマになりやすい抹茶は、必ず茶漉しで漉してほぐしながら入れる。

6



⑤を漉しながら鍋に戻し、泡立て器で混ぜながら中火で76度になるまで加熱する。ボウルに戻してあら熱を取り、冷蔵庫で1時間ほど冷やす。

POINT

80度を超えるほど加熱するとドロドロに固まってしまう、逆に加熱が弱いとサラサラした液体のままになる。ほどよい仕上がりになるよう、温度計で測りながら加熱し、76度になったら火を止める。

7



③にみかんを飾り、⑥をかけて出来上がり。

抹茶トースト



こんがりトーストに鮮やかな抹茶をオン。
すがすがしい香りとはろ苦い大人味がたまらない

抹茶をたっぷりふりかけた、シンプルイズベストなトーストメニュー。抹茶そのものの豊かな風味が手軽に楽しめます。トーストにかける際は、ダマにならないよう茶漉しで漉しながら行うのがポイント。サワークリームをのせ、塩、ブラックペッパー、さとうきび糖シロップをかけて完成。朝食やおやつにどうぞ。

【 材料（トースト1枚分） 】

食パン	1枚	塩	少々
バター（有塩）	4グラム	ブラックペッパー	少々
抹茶	適量	さとうきび糖	適量
サワークリーム	10グラム		

【 下準備 】

さとうきび糖を同量のお湯に溶かし、さとうきび糖シロップを作る。

【 作り方 】

1



食パンにバターをのせ、トースターで焼き目がつくまで焼く。

2



抹茶を漉しながら①に満遍なくかける。

3



②にサワークリームをのせ、塩、ブラックペッパー、さとうきび糖シロップをかける。

小山さんの一押し！
和スイーツ店

OIMO cafe 善福寺

【 東京都杉並区 】



これはまさにスイーツ！ 抜群に甘い
「つぼ焼きいも」が楽しめるカフェ



埼玉県三芳町の「むさし野自然農場」というさつまいもの生産者が手がけるカフェ。農場から直送されてくる、いろいろな品種のさつまいもを使ったメニューが楽しめるお店です。おいもケーキやスイートポテトもありますが、一押しは何といっても「つぼ焼きいも」。大きなつぼの中にさつまいもを入れて、低温の炭火でじっくり時間をかけて焼き上げたものが、お皿に盛り付けられて出てくるんです。何の味付けもしていない、素材そのものの焼きいもが信じられないほど甘くて絶品！「これはまさにスイーツだな」と思いました。先日ももっちり系の「栗かぐや」とねっとり系の「あまはづき」という2品種を食べ比べしたのですが、どちらもとろとろに甘い仕上がりで感動しました。日本茶ともよく合う焼きいもを、ぜひお試しください。

📍 所在地
東京都杉並区善福寺2-24-8

☎ 電話
03-6454-7272

🕒 営業時間
12時00分～18時00分
定休日：月曜日、火曜日

[公式サイト](#)



たいせつな人に
「ありが糖」

© 2019 農林水産省



和スイーツ
レシピ帖連載一覧は
こちら



Follow Me !

📷 instagramも更新中！

