

人気料理家・桑原奈津子、1年半ぶりの待望の最新刊
～バターを使わないから かんたん、かるやか！～

『シンプルベイク&スイーツ』

プロの料理家によるレシピ集を多数出版している株式会社オレンジページ(東京都港区)は、愛犬と愛猫との暮らしぶりも人気の料理家・桑原奈津子さんの最新刊『シンプルベイク&スイーツ』を1月31日(火)に発売しました。気軽にできるバターいらずのお菓子 55 レシピを収録しています。



『シンプルベイク&スイーツ』



桑原奈津子

お菓子作りは楽しい。手軽に素早くできると、もっと楽しい。
凝ったお菓子を時間をかけて作る楽しさもあるけれど、
日常食べるものは、無理なくできるほうがいい。
そんな私が考えるレシピは、どんどんシンプルに、甘すぎず、
軽い口当たりのものに行き着きました(桑原奈津子)

■桑原奈津子

料理研究家。ベーカリーカフェの製パン、大手製粉会社の商品開発、加工でんぷん会社の研究職などを経て独立。経験に基づいた、だれにでも作りやすく親しみのあるレシピに定評がある。趣味の写真を生かし、愛犬と愛猫との暮らしをつづった著書『パンといっぴき』(パイ インターナショナル)や Instagram(@kwhr725)でも人気。

簡単だから繰り返し作りたくなる、バターを使わないかるやかなお菓子たち

本書ではバターを使わないかわりに「植物性オイル」「豆腐・おから」「ヨーグルト」「フルーツ」に注目し、それぞれの素材のよさを引き出し、こくや甘みといった味わいや、なめらか、しっとりした食感など**バターなしでも満足感が得られるレシピ**を考案。おやつ時間に、かんたんな食事に、そして体のことが気になるときも、毎日食べたいくなる味わいです。また、バターを計量したり溶かしたりする手間がなく、使う材料も道具もシンプルなので、**お菓子初心者でも気軽に失敗なく**作れます。



「りんごの型いらずタルト」は、タルト生地もアーモンドクリームもボールの中で混ぜるだけ。菜種油を使ったタルト生地は、冷蔵庫でねかせる必要がなく、そのまま型いらずで成形できる扱いやすさも魅力です。

ヘルシーで食べ飽きないから、朝ごはんメニューにもぴったり



「豆腐クリームのパンケーキ」



「水きりヨーグルトの全粒粉スコーン」

甘いものがちょっと苦手な相手へのバレンタインにもおすすめ♪



「水きりヨーグルトのブラウニー」



「豆腐のチョコレートムース」

桑原さんの Instagram (@kwhr725) で話題！ 愛犬キップルたち



桑原さんの自宅には、保護団体と庭から迎え入れた犬 1 ぴきとネコ 2 ひきがいます。

「人間のおやつは食べないけれど、<きょうのメニューはなんですか？>と

たずねに来る姿がたまらなくいとおいしい」と桑原さん。

その様子は本書のコラムでも紹介しています。

【掲載レシピ例】(全 55 レシピ収録)

Part 1 植物性オイルであこがれバイク

オレンジパウンドケーキ、はちみつシフォンケーキ、ごまのブルドネージュ ほか

Part2 豆腐・おからでふだん着スイーツ

豆腐のレアチーズケーキ、豆腐の黒ごまプリン、おからドーナツ、おからのグラノーラバー ほか

Part 3 ヨーグルトでかるやかスイーツ

ヨーグルトホイップのトライフル、ヨーグルト白玉のあんみつ、水きりヨーグルトのブラウニー ほか

Part 4 フルーツでナチュラルスイーツ

オレンジフレンチトースト、ミックスベリーのパールトン、フルーツサンド ほか

バターを使わないから かんたん、かるやか！

『シンプルバイク&スイーツ』

1月31日(火)発売 1111円(税別)

AB判、アジロ綴じ、96ページ

<http://www.orangepage.net/books/1142>

<このリリースに関するお問い合わせ先>

〒105-0004 東京都港区新橋 4-11-1 株式会社オレンジページ

広報室 遠藤 press@orangepage.co.jp Tel 03-3436-8421 Fax 03-3436-8434