

2022年3月14日

レシピ動画の総再生回数
9200万回超え!!

調理師

(たまごソムリエ)
三ツ星タマリエ

美容師 の資格を持つ

3/16発売

『料理研究家ゆかりのおうちで簡単！ 3時のおやつ』

YouTubeのレシピ動画の総再生回数が9200万回を超える、大人気の料理研究家ゆかりさん。動画の中で大反響だったおやつレシピ61品を一冊にまとめた、『料理研究家ゆかりのおうちで簡単！ 3時のおやつ』を、3月16日(水)に発売します。



2015年より、自宅でできる簡単レシピをYouTubeで公開し、「動画がわかりやすい!」「材料も少なく簡単!」「間違いなく神レシピ!」などとフォロワーから支持され、現在、雑誌やテレビなどメディアからも引っ張りだこのゆかりさん。

本誌は、ゆかりさんのレシピの中でも人気の高い「おやつ」レシピを掲載しています。再生回数190万回を超えるふわふわパンケーキから、材料2つでできるチョコレートクッキー、「たまごソムリエ」のゆかりさんならではの卵のおやつ、しょっぱいおやつまで、全61品を収録しています。全レシピに、YouTubeにアクセスできる二次元コードつき!

また、ゆかり流のおいしくなるコツや、おやつ作りのQ&A、ラッピング方法も掲載し、盛りだくさんの内容をお届けします。

『料理研究家ゆかりのおうちで簡単！ 3時のおやつ』
発売日：2022年3月16日/定価：1100円(税込)

レシピチャンネルは「動画がわかりやすい!」「神レシピ!」とフォロワー大絶賛!



フジテレビ『めざましテレビ』
NHK『うまいッ!』など
出演・掲載多数!

**取材・出演
ぜひご相談ください**



人気No.1の「ふわふわパンケーキ」は、
再生回数190万回超えの人気っぷり! (2枚目にレシピ掲載)



YouTubeチャンネル
「料理研究家ゆかりのおうちで
簡単レシピ/Yukari's
Kitchen」
youtube.com/watch?v=X
27uaBNz2Ns

著者コメント

この本では、YouTubeで特にたくさんの反響をいただいた61のレシピをセレクトしました。私自身が数々の調理経験から学び、そして日々研究を重ねた、「どうやったら難しくせずにおいしくなるか?」というノウハウが、ギュッと詰まっています。そんな調理のポイントや役立つコツも、ぜひチェックしてみてください。なにより、楽しく作っておいしく食べていただけたらうれしいです。

<著者:ゆかりプロフィール>

1988年生まれ、福島県出身。2013年、イタリアンレストランに勤務しながら調理師免許を取得。同年、日本卵業協会が認定する「三ツ星タマリエ」(たまごソムリエ)の資格を取得。その後、料理の研究を重ね、2015年にYouTubeチャンネル『料理研究家ゆかりのおうちで簡単レシピ/Yukari's Kitchen』を開設。2016年、日本テレビ『得する人損する人』に、卵のスペシャリスト「タマミちゃん」として出演。テレビ・ラジオ・雑誌などで料理のスペシャリストとして情報を発信。

反響の大きかった 人気No.1のおやつレシピをご紹介します



再生回数
190万回超え!!

【ふわふわパンケーキ】

絞り袋で生地を高く絞り出すことが“ふわふわ食感”のポイント。

■材料

- | | |
|----------------|-------------|
| 卵黄…1個分 | 卵白…2個分 |
| 牛乳…小さじ2 | レモン汁…小さじ1/2 |
| サラダ油(生地用)…小さじ1 | 砂糖…20g |
| バナナエッセンス…3~5滴 | サラダ油…適量 |
| ホットケーキミックス…15g | 粉糖(好みで)…適量 |

■下準備：絞り袋を筒形の容器にセットする

※生地を混ぜすぎるとふんわり感のない生地になりしぼみやすくなります。



1 ポウルに卵黄、牛乳、サラダ油(生地用)、バナナエッセンスを入れ、泡立て器で混ぜる。ホットケーキミックスをふるい入れ、なめらかになるまで混ぜる。



2 別のポウルに卵白とレモン汁を入れ、ハンドミキサーの高速で30秒泡立てる。砂糖を半量加えて低速で30秒、もう半量加えて低速で1分~1分30秒泡立てる。



3 1に2をひとすくいずつ2回に分けて加え、泡立て器で混ぜる。残りの2をすべて加え、ゴムベラですくい上げるようにふわっと混ぜ、絞り袋に入れる。



4 フライパンにサラダ油を薄く均一に伸ばし、弱火で温める。絞り袋の先を切り、生地を丸く絞り出し、フタをして弱火のまま焼く。



5 焼き色がついたら返し、フタをして同様に焼く。両面に焼き色がついたら器に盛り、好みで粉糖をかける。

このほか誌面では、人気のレシピBEST10を一挙に紹介しています♪



No.2
「ふわふわ
チョコレートムース」

収録レシピ全61品!!「お手軽、簡単、おいしい」が詰まったレシピが盛りだくさん

【卵のおやつ】

「たまごソムリエ」のゆかりさんならではの、とおきレシピ。



贅沢に“卵黄だけ”使用
「濃厚なめらかプリン」

メレンゲを冷やして固めるだけ♪

「ふわふわ
レモンシャーベット」



【材料2つから作れる】

市販品をアレンジしたり、身近な材料から作れる簡単おやつ!

材料は豆乳と片栗粉だけ!!

「豆乳もち」



市販のプリンで作る

「プリンチーズケーキ」



【しょっぱいおやつ】

おつまみにもなる!
すぐに作れるしょっぱいおやつ

木綿豆腐がサクサク食感に

「豆腐ポップコーン」



【お店みたいなレシピ】

憧れの和菓子まで!!
簡単に作れてコスパも抜群

レンジで簡単
“断面映え”

「フルーツ大福」



おやつ作りにまつわるお役立ち情報も♪

「おさえておきたいテクニック」や、「基本の道具や便利な道具」も写真とともにわかりやすく紹介。

また、視聴者から寄せられた質問に答えた「おやつ作りQ&A」や、お菓子をプレゼントするための簡単でかわいい「ラッピングのアイデア」など、おやつ作り初心者に嬉しい情報も満載です♪



YouTubeでゆかりさんが使用している道具も紹介します!



基本の道具

- ①耐熱ボウル ②計量カップ ③計量スプーン ④ゴムベラ ⑤泡立て器 ⑥ハケ ⑦絞り袋・口金 ⑧計量器 ⑨粉ふるい ⑩茶こし ⑪クッキングシート ⑫めん棒 ⑬ケーキクーラー ⑭バット ⑮スケッパー

清潔に洗ったガラス製タイプをおすすめ!

耐熱性、耐油性、耐水性能があり、穴あき部分に熱い湯を注いでも大丈夫なシリコン製もおすすめ!

縁のついた取っ手や、底面が滑るものの方が使いやすいです。

知りたいことがよくわかる! おやつ作りのQ&A

目分量でなんとなく完成する料理とは違い、材料の正確な計量や温度管理など、何かと手順のかかるおやつ作り。そのため、すぐハードルが高いように感じてしまうかもしれませんが、コツさえつかめば実はとても簡単。よくあるおやつ作りの疑問やYouTubeに届いた質問にお答えします。

Q1

生クリームを泡立てるときになぜ氷水を使うの?

A 生クリームは温度変化に弱いため、温度が高いとキレイな形を保つことができず、せっかく泡立ててもだれてしまいます。生クリームの液温は3~7℃。低温を保つために氷水に当てて冷やしながら泡立てることで、なめらかで締まりのある生クリームができます。必ず氷水を出して作業しましょう。

Q2

生クリームは乳脂肪分何%のものを使用していますか?

A 生クリームを泡立てて使用する場合は、動物性の乳脂肪分35%のものが一番扱いやすいと思います。乳脂肪分が高過ぎると分離しやすくなるので要注意! また、泡立てずに材料に混ぜるレシピの場合は、乳脂肪分が高いほうがリッチな味わいになります。