

HOMEMADE
Pancake Mix
BUCKWHEAT

ふっくら香ばしい

そば粉
で作る
パンケーキ
ミックス

【約4～6枚分】



POINT 1

グルテンフリーで
安心

原料に小麦粉は
使用しておりません。

POINT 2

甘味を抑えた
自然で優しい味

甘みを抑えているため、
様々な料理に対応可能！

POINT 3

お菓子専用
そば粉でふっくら

お菓子専用に使った
そば粉だからふっくら
焼き上がる！

POINT 4

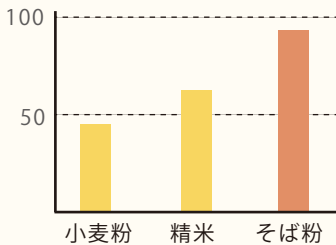
アミノ酸スコアの
高い食事を手軽に

そば粉には必須アミノ酸が
バランスよく含まれて
います。

そばはアミノ酸スコアの高い食品です

必須アミノ酸をバランスよく摂取する場合、いろいろな食材を偏りなく食べる必要があります。そば粉はほかの穀物に比べ、必須アミノ酸がバランスよく含まれる食品であるため、日々の食事に取り入れたいたんぱく質です。

アミノ酸スコア



アミノ酸スコアとは？

必須アミノ酸の必要量を
100とした場合の割合。
100に近いほど理想的。

そば粉で作るパンケーキミックス

そば粉で作るパンケーキミックスは、ふっくら香ばしいそばパンケーキをご自宅で味わえます。グルテンフリー、香料・着色料不使用、さらにアルミニウムフリーベーキングパウダー使用だから様々な料理に安心してご利用いただけます。

アレンジいろいろ



パンケーキ



パウンドケーキ



シフォンケーキ

内容量	200g	原材料名	そば粉、砂糖／ベーキングパウダー
規格	200g×12	栄養成分	エネルギー…355kcal たんぱく質…10.3g
包装サイズ	バラ 170×175 ケース 縦 231× 横 296× 高さ 145		脂質……………2.5g 炭水化物……72.8g
重量	バラ 207g ケース 2732g	原材料に含まれる アレルギー物質	そば
JAN	4975629665113	ITF	34975629665114
保存方法／賞味期限	高温、多湿においの強いところを避けて保存してください／製造より9ヶ月		

基本のパンケーキ



材料

「そば粉で作るパンケーキミックス」…100g
卵……………1個 牛乳……………90cc

作り方

- 1 ボウルに「そば粉で作るパンケーキミックス」、溶き卵、牛乳を入れて泡立て器でよく混ぜます。
- 2 油（分量外）をひいて中火で熱し、ぬれぶきんの上で少し冷まします。
- 3 フライパンを火に戻し、1枚分の生地を一気に流し入れます。
- 4 生地の上に、ポツポツと気泡が出たら裏返し、裏面にも焼き色が付いたら完成です。

アレンジレシピ



アレンジ
その 1

パウンドケーキ



材料

「そば粉で作るパンケーキミックス」…100g
卵……………2個 砂糖……………60g
牛乳……………15cc バター……………100g

作り方

- ① ボウルにバターと砂糖を入れて、ハンドミキサーで白っぽくなるまで混ぜます。
※バターはあらかじめ冷蔵庫から出して置き、室内で常温に戻す。
- ② ①へ溶き卵を少しずつ加えて混ぜ、牛乳を加えてさらに混ぜます。
- ③ ②へ「そば粉で作るパンケーキミックス」を加え、ゴムベラでさっくり混ぜます。
- ④ 生地を型に入れ、180℃に熱したオーブンで45分焼いたら完成です。



アレンジ
その 2

シフォンケーキ



材料

「そば粉で作るパンケーキミックス」…60g
卵……………3個 砂糖……………20g
牛乳……………35cc サラダ油……………35g

作り方

- ① 卵を卵黄と卵白に分け、それぞれ別のボウルへ入れます。
- ② 卵黄に砂糖 1/3 程度を加え、泡立て器で白っぽくなるまで混ぜます。
- ③ ②にサラダ油を加えてしっかり混ぜ、さらに牛乳を入れて混ぜます。
最後に「そば粉で作るパンケーキミックス」を加えて混ぜます。
- ④ 別のボウルで卵白と残りの砂糖でメレンゲを作ります。砂糖は3回に分けて加え、ピンと角が立つまで固く泡立てます。
- ⑤ メレンゲ 1/3 量を③に入れ、泡立て器でしっかり混ぜ合わせます。
- ⑥ ⑤へメレンゲの残りを2回に分けて加え、その都度、泡が消えないようにゴムベラでさっくり混ぜ合わせます。
- ⑦ 生地を型に流し入れ、180℃に熱したオーブンで27分焼きます。
- ⑧ 焼き上がったらすぐに型を逆さまにして粗熱をとります。冷めたら型から外して完成です。



日穀製粉株式会社

■長野営業所

〒381-0022 長野市大字大豆島 3803 番地
TEL: (026) 221-1157 / FAX: (026) 221-3764

■東京営業所

〒161-0031 東京都新宿区西落合 4-3-15
TEL: (03) 5983-4157 / FAX: (03) 3951-3366

■大阪営業所

〒564-0062 吹田市垂水町 3-27-27
(第2江坂三昌ビル 5F内)
TEL: (06) 6385-4157 / FAX: (06) 6821-0259

<https://www.nikkoku.co.jp/>

