

バナナヨーグルトジュース

2人分

材料

バナナ…………… 1本
レモン汁……………小さじ2
氷(3〜4cm角)…………… 100g

プレーンヨーグルト…200ml
はちみつ……………大さじ2
アーモンド(おつまみ用)…………… 2粒

マルチブレンダー容器(L)

ジュース

グラインダー

手順

①皮をむいてスライスしたバナナ、レモン汁、氷を容器(L)に入れ、ジューサーをつけたマルチブレンダーでなめらかになるまで混ぜ合わせる。
②①にプレーンヨーグルトとはちみつを加え、さらに混ぜる。
③グラインダーをつけたマルチブレンダーでアーモンドを砕き、かける。

マヨネーズ

約300ml

材料

卵…………… 1個
塩…………… 小さじ1/3

サラダ油……………200ml
酢…………… 小さじ2

マルチブレンダー容器(S)

ウィスク

手順

①卵の黄身を割らないように容器(S)に入れる。塩とサラダ油をゆっくり注ぐ。
②ウィスクをつけたマルチブレンダーで黄身をおさえこみ、動かさないで混ぜる。
③下から乳化が始まり、8割程度乳化したら、ゆっくりマルチブレンダーを引き上げ、全体を混ぜる。
④酢を加えてもう一度混ぜる。

★卵の黄身をおさえこむようにマルチブレンダーをかぶせることと、初めは動かさないで混ぜることで、分離の失敗を少なくします。

ホワイトソース

約300ml

材料

バター…………… 40g
小麦粉…………… 大さじ4

牛乳…………… 300ml
固形スープの素…………… 1個

ウィスク

手順

①レンジ対応容器にバターを入れてレンジで40秒〜1分加熱し、溶かす。
②小麦粉を加え、ウィスクをつけたマルチブレンダーで混ぜ、さらに牛乳を加えて混ぜ合わせる。
③レンジで2分加熱し、マルチブレンダーで混ぜる。
④固形スープの素を加え、レンジで1分加熱して混ぜ、さらにレンジで1分加熱して混ぜ合わせる。

★加熱したホワイトソースを混ぜる場合は熱いので、飛びはねによるヤケドに注意してください。
★マルチブレンダー容器(S)(L)はレンジに対応しておりません。

バリエーション

◆炒めた野菜と鶏肉に加えてクリームシチューに。
◆ごま油と生姜で青菜を炒めて加え中華風クリーム煮に。
◆冷やして具を混ぜ、丸めて揚げてクリームコロッケに。

ホイップクリーム

約200ml

材料

生クリーム…………… 200ml
グラニュー糖…………… 20g

マルチブレンダー容器(L)

ビーター

手順

①生クリームとグラニュー糖を容器(L)に入れる。
②ビーターをつけたマルチブレンダーを入れて上下に動かしながら泡立てる。
※生クリームは脂肪分が高いと一気に固くなる場合があるので様子を見て泡立ててください。

★より多くの空気を取り込むと、ふんわりとしたホイップクリームがで上がるので、大きめの容器を使います。

きのこのみぞれ和え

2人分

材料

大根…………… 200g
水…………… 50ml
しめじ…………… 50g

しいたけ…………… 2枚
ボン酢……………大さじ1
三つ葉…………… 4本

マルチブレンダー容器(L)

ジュース

又は

マッシャー

下さらえ

○しめじは小房に分け、しいたけはスライスする。
○三つ葉はゆがいて3cmの長さに切る。

手順

①しめじとしいたけを沸騰している湯に入れて、もう一度沸騰したら湯を切り、冷水にさらす。
②皮をむいて2cmの角切りにした大根と水を容器(L)に入れ、ジュース又はマッシャーをつけたマルチブレンダーでみぞれの状態にする。

③ザルに上げて水気を切った①と②を合わせ、ボン酢と三つ葉を加えて混ぜ合わせる。

マルチブレンダーを上手に使うポイント

容器選び

基本は口径 7 ～ 8cm ・高さ 12cm 以上の筒型で、底が平らな容器をおすすめします。

アタッチメントの使い分け

「つぶす・きざむ」「つぶす・混ぜる」「泡立てる」など、6つのアタッチメントを使い分けることで、さまざまなレシピで活用できます。

材料をつぶしやすい大きさに切る

大きな材料は、つぶしやすい大きさにカットしてから使用すると、手早く、きれいに仕上がります。

海老のフリッター タルタルソース添え

2人分

材料

エビ…………… 6尾
卵白…………… 1個分
小麦粉…………… 1カップ
ビール…………… 150ml
卵黄…………… 1個分

マヨネーズ……………大さじ4
ゆで卵…………… 1/2個分
たまねぎ…………… 1/4個分
ピクルス…………… 1/2本
レモン汁…………… 小さじ1/2
ドライパセリ…………… 少々
塩、こしょう…………… 少々

マルチブレンダー容器(S)(L)ボウル

ビーター

ミンサー

下さらえ

○エビは殻をむき、背わたを取る。片栗粉(分量外)でもみ、水洗いしてペーパーでふく。

手順

①卵白を容器(S)に入れ、ビーターをつけたマルチブレンダーで泡立て、6分だてのメレンゲにする。
②ボウルにAを入れてビーターをつけたマルチブレンダーで混ぜあわせ、①を加えてヘラでさっくり混ぜる。
③エビを②の衣にくぐらせ、170度の揚げ油で揚げる。
④Bを容器(L)に入れ、ミンサーをつけたマルチブレンダーで混ぜ合わせ、塩、こしょうで味を整える。

★卵白は使う直前まで冷蔵庫で冷やしておく、泡立てやすくなります。
★衣は時間とともに泡が減っていくので、作ったらすぐに使いましょう。

kai housewares

マルチブレンダーで作る簡単レシピ

◆ブレンダーの便利な使い方

★ふりかけや、ナッツのパウダーを作るのは、グラインダーが便利です。少量でもきれいなパウダー状に砕くことができます。

★挽きたてのコーヒーマグが味わえるのがグラインダー。コーヒーマグを、薄いコーヒーマグは荒めに、濃いコーヒーマグは細かく挽けば、一人分でも好みのコーヒーマグが楽しめます。

★牛乳を泡立てる時は、ウィスクを使います。牛乳は、あらかじめ熱めに温めてから使用するのがポイント。

★肉をミンチにする際は、半解凍の薄切り肉・こま切れ肉など薄い肉を使うと、早く・きれいに仕上がります。赤身と脂身が均一に混ざり、全体がピンク色になったら出来上がり。

MULTIBLENDER

6種類のアタッチメントで簡単手づくり

ミンサー



つぶす・きざむ

生の肉やイカ、いわしなどをミンチにします。

マッシャー



つぶし混ぜる

野菜や果物をつぶしながら混ぜます。

ジューサー



かき混ぜる

野菜や果物でジュースなどをつくります。氷(3〜4cm以下)も一緒に砕くことができます。

ウィスク



混ぜ合わせる

とろみのある材料を混ぜ合わせます。

ピーター



泡立てる

生クリームや卵白を泡立てます。

グラインダー



砕く

煮干しや茶葉、コーヒー豆など、乾燥物を砕きます。

- ◆アタッチメント部分を容器の底につけてから、スイッチを入れてください。
- ◆混ぜ方の強さは、始めは「low」で、ある程度かき混ぜたら「high」に切り替えるときれいに混ぜります。
- ◆飛び散りを防ぐため、ガードカバーは、容器に入れた材料の上面から出ないように使用してください。

野菜のポタージュ

2人分

材料

野菜(じゃが芋、にんじん、かぼちゃなど) …… 200g
たまねぎ …… 1/2個
バター …… 大さじ1
水 …… 250ml

固形スープの素 …… 1個
牛乳 …… 100ml
塩 …… 小さじ1/2
ブラックペッパー …… 少々
クルトン …… 適量

マルチブレンダー容器 (S)

下ごしらえ

○野菜の皮をむき、さいの目に切る。
○皮をむき、1/4の大きさに切ったたまねぎを容器(S)に入れ、ミンサーをつけたマルチブレンダーで細かくする。

手順

①鍋に野菜とたまねぎを入れ、バターを加えて炒め、たまねぎが透き通ったら水と固形スープの素を入れて柔らかくなるまで中火で加熱する。
②火を止め、マッシャーをつけたマルチブレンダーでペースト状にする。

③牛乳を加えてひと煮立ちさせ、塩で味を調え、ブラックペッパーをふり、クルトンをのせる。

★野菜を煮ている途中で水分が少なくなった場合は水を足します。

自家製粗びきハンバーグ

2人分

材料

牛肉(カレー、シチュー用／2〜3cm角切り) …… 200g
たまねぎ …… 1/2個
パン粉 …… 1/2カップ
牛乳 …… 50ml
溶き卵 …… 1/2個
塩 …… 小さじ1/4

こしょう …… 少々
サラダ油 …… 大さじ1
水 …… 100ml
固形スープの素 …… 1/2個
ケチャップ …… 大さじ4
ソース …… 大さじ2

マルチブレンダー容器 (S) (L)

下ごしらえ

○パン粉を牛乳に浸す。
○皮をむき、2〜3等分したたまねぎを容器(S)に入れ、ミンサーをつけたマルチブレンダーで細かくする。
フライパンにサラダ油(分量外)を熱して炒める。

手順

①容器(L)に牛肉を入れ、ミンサーをつけたマルチブレンダーで粗く挽き切る。

②①に炒めたたまねぎと浸したパン粉、溶き卵、塩、こしょうを加え、ねばりが出るまでよく混ぜ、2個に分けて楕円形に丸める。

③フライパンにサラダ油を熱し、片面に軽く焦げ目がつくよう中火で焼き、裏返して水と固形スープの素を入れ、蓋をして7〜8分弱火で焼く。串を刺して透明の肉汁が出てきたら取り出す。

④フライパンにケチャップとソースを加えてひと煮立ちさせ、ハンバーグにかける。

★マルチブレンダーで牛肉を粗く挽くときはスイッチを押し続けず、2秒くらいずつで区切って使用するときれいに仕上がります。

ほうれん草のくるみ和え

2人分

材料

ほうれん草 …… 100g
くるみ …… 30g
醤油 …… 大さじ1

砂糖 …… 小さじ2
かつお節 …… 適量

グラインダー

下ごしらえ

○ほうれん草は茹でて冷水にさらし、水気を切って5cmの長さに切る。
○くるみはフライパンで空炒りする。

手順

①グラインダーでくるみをすりつぶし、醤油と砂糖を混ぜる。
②ほうれん草を①で和える。
③かつお節をかける。

つみれ汁

2人分

材料

イワシ …… 2尾(300g)
長葱 …… 5cm
すりおろし生姜 …… 小さじ2
味噌 …… 小さじ2
片栗粉 …… 大さじ1
大根 …… 1cm

三つ葉 …… 4本
だし汁 …… 600ml

酒 …… 大さじ1
塩 …… 小さじ1/2
みりん …… 大さじ1/2
醤油 …… 大さじ1/2
七味唐辛子 …… お好みで

マルチブレンダー容器 (L)

下ごしらえ

○イワシは3枚におろして中骨を取り、皮をむいて、3つに切る。
○葱は4等分、大根は拍子切り、三つ葉は刻む。

手順

①Aを容器(L)に入れ、ミンサーをつけたマルチブレンダーでなめらかにする。

②大根とBを鍋に入れて10分加熱し、①をスプーンで一口大にすくって加える。

③つみれが浮いてきたら2、3分煮込み、三つ葉を加える。
お好みで七味唐辛子をふる。

トマトソース

約300ml

材料

トマト …… 大2個
にんにく …… 1かけ
たまねぎ …… 1/4個

オリーブオイル …… 大さじ1
塩 …… 小さじ1/2〜1

マルチブレンダー容器 (L)

下ごしらえ

○トマトはヘタを取り八つ切りに、たまねぎは皮をむき、2〜3等分に切る。にんにくは半分に切り、芯を抜いて包丁の腹でつぶす。

手順

①トマトを容器(L)に入れ、ジューサーをつけたマルチブレンダーでジュース状に、たまねぎも加えつぶし混ぜる。

②オリーブオイルとにんにくをフライパンに入れて熱し、①を加えて15分弱火で煮て、塩で味を整える。

★皮付きのトマトを使うことで、皮と実の間の旨みも逃さず調理できます。

★トマトを先に潰し水分を多くすることで、たまねぎをより細かくすることができます。

バリエーション

◆魚介と炒めてパスタソースに。 ◆そのままピザソースとして。 ◆魚やチキンソテーのソースなどに。

バーニャカウダ

2人分

材料

牛乳 …… 200ml
にんにく …… 2個
アンチョビ …… 2枚

オリーブオイル …… 大さじ3
塩、こしょう …… 適量
野菜(きゅうり、にんじん、大根など) …… 適量

マルチブレンダー容器 (S)

手順

①皮をむいたにんにくと牛乳を鍋に入れて、約15分煮て柔らかくし、にんにくを取り出す。

②①で煮たにんにく、アンチョビ、オリーブオイルを容器(S)に入れ、マッシャーをつけたマルチブレンダーでつぶし混ぜ、塩、こしょうで味を整え、切った野菜に添える。

★ソースを温めてもおおいしくいただけます。

マッシャー