

福祉施設「ほほえみ福寿の家」に 手作りしおりのプレゼント②🎁



ほほえみ福寿の家

第2弾

令和4年1月17日(月) 家庭クラブ委員 交流担当：土屋香琳さん

食物アレルギー対応レシピ開発 食のダイバーシティ実現へ



2年7組家庭クラブ「食物アレルギー」研究チームのみなさんが、米粉を使ったアレルギー対応食のレシピ開発に挑戦しています。

前回試作の課題を踏まえ、食感と作りやすさ、地産地消に重点をおきレシピを考えました。今回は、豆腐やバナナを加え、水分量を調整しました。また、米粉スイーツは、少量でも満腹感が得られること、お米は日常的に主食として食べられていることから、「おかず系マフィン」を提案します。手軽な朝食にいかがですか。

【米粉のマフィン】上之保柚子マフィン、洞戸キウイマフィン、明宝ピザマフィン

この研究を通して、米粉には、多くのメリットがあることが分かりました。米粉の代替食品としての可能性は無限大であること、米粉の利用によって食物アレルギーを持つ人だけでなく、すべての人の「食」を豊かにすることが分かりました。今後は、マフィンをよりしっとりさせる調理方法や他のアレルゲンの代替食品について考えていきたいと思えます。



家庭クラブ研究チームのみなさん

米粉の可能性は無限大∞ 人・食・環境を守りたい!