



## ヤマト糍部人気のレシピ

糍部とは、毎日発酵食を摂り入れ美と健康を真剣に追求する部活動です。発酵食美人のための部活動での人気レシピをご紹介します。お砂糖がわりにぜひお試しください。



### 今日はどれにする？ 玄米甘糍で作る彩りジャム

パンにぬったり、ヨーグルトに入れたりと楽しめる、優しい甘みの玄米甘糍を使ったジャム。野菜や果物で彩り楽しく出来上がります。



### 玄米甘糍 -特濃- スタンドパック

糍と玄米のみが醸す、甘く濃厚な味わい。ヤマト玄米甘酒の良さをギュッと2倍濃縮しました。お料理のお砂糖代わりにぜひ、どうぞ。



200g **540円**  
商品番号 142803

400g **950円**  
商品番号 142801

〈原材料〉玄米(国産)、米こうじ

お得おすすめ!

**送料無料**

簡易  
包装

他商品との同梱可能

お試しセット

400g **3,800円**  
4個  
セット

商品番号 6999



## Recipe

### 野菜と果物の彩りジャム

#### 材料

#### ★人参ココナッツ

◆材料 (作りやすい分量)

人参 (茹でてすりつぶす)	30g
玄米甘糍	大さじ1
ココナツオイル	小さじ1

#### ★さつまいもシナモン

◆材料 (作りやすい分量)

さつまいも (茹でてつぶす)	50g
玄米甘糍	大さじ2~3
シナモン	少々

#### ★ナッツクリーム

◆材料 (作りやすい分量)

お好みのナッツ (炒ったもの)	30g	ミキサーで粉砕する
玄米甘糍	60g	

#### ★ゆずチョコ

◆材料 (作りやすい分量)

ゆずの皮	20g
※さっと湯通しし、すりつぶす	
玄米甘糍シヨコラ	80g

#### 作り方

それぞれの材料をすべて混ぜ合わせます。簡単に便利なジャムの出来上がりです。

#### Point

さつまいもは甘さや硬さで玄米甘糍の量を調整してください。ナッツの種類はアーモンドやマカダミアナッツなどがおすすめ! アーモンドプードルを使っても手軽で美味しく仕上がります。

