

信州のお味噌屋さんが作った**甘酒水** ノンアルコール 国産米糀100%

三原屋の
コウジくん



砂糖を
使わない
甘味料

生きた糀で
酵素が
たっぷり

料理に
ポンと
入れるだけ!

このまま使える!



できたてのコウジくんを
そのまま冷凍しちゃいました!



高原乃華 信州味噌醤油製造元
株式会社 三原屋
長野市長野桜枝町881
電話026(234)2041



【使用例】
甘酒1杯は2~3粒、容器に移して
レンジでチン!
カレー・鍋もの・みそ汁などには、
そのままポン!

体がよろこぶ
低糖質レシピを紹介中!

三原屋

4

953852*205566



ぼくの名前はコウジくん。
加熱殺菌していない生の米糀を濃縮して、
そのまま冷凍しちゃいました。
料理に入れると、ぼくの酵素が働いて、うま
味とコクが生まれるよ。甘さは控えめ。お好
みの味になるように加減してね!

みそ汁2~3杯に1ブロック入れると、米糀たっぷり
の甘口になるよ。甘酒は溶かしてから、うすめてね。
僕のことを、「食塩ゼロの塩糀くん」と呼ぶ人もいる
けれど、秘密のレシピ教えちゃいます。ぼくが活躍
できる美味しいレシピがあったら教えてね。



大根のこうじ漬

分量 大根中サイズ(1/3本)・コウジ君1個・塩 大さじ1/2・昆布少々



- ① 大根をいちよう切りにし、塩で揉む
- ② ①を30分位おき、出てきた水分をしっかり絞る
- ③ コウジくん1個を電子レンジ500wで30秒加熱する
(コウジ君は容器1個分をハサミで切り取ってそのままレンジに入れると便利)
- ④ 水分をしっかり絞った大根と昆布、コウジ君をポリ袋に入れ、よく揉みこみ冷蔵庫で30分位おく
- ⑤ 器に盛り付け、出来上がり

お好みで「鷹の爪」や「柚子」を入れても 美味しいよ。



三原屋コウジ君レシピ①

豆乳こうじゼリー (白ごま風味)

分量(2人分) 豆乳250cc・コウジ君2個・白ごまペースト大さじ1・ゼラチン5g
飾り用に白ごま少々



- ① 鍋に豆乳・コウジ君・白ごまペーストを入れる
- ② ①を弱火でゆっくりかき混ぜながら温める
- ③ 80℃を超えたら火を止め、ゼラチンを入れよく溶かす
- ④ 器に注ぎ、冷蔵庫で2時間程冷やす
- ⑤ 固まったら、白ごまを飾り、出来上がり

豆乳の甘さと、コウジ君の甘さが、程よいスツキリなスイーツだよ！



三原屋コウジ君レシピ②

豚ロースのこうじ焼き (生姜風味)

分量(2人分)

豚肉ロース240g・コウジ君1個・醤油小さじ4・酒大さじ1
おろし生姜小さじ1/2



- ① ポリ袋にコウジ君・醤油・酒・おろし生姜を入れる
(ポリ袋の上から手でコウジ君を潰すとすぐ融けます)
- ② ①に豚肉を入れ、よく揉みこむ
- ③ 冷蔵庫で1時間位おきます
- ④ フライパンで焼き、お皿に盛り付けます
(焼く際には焦げやすいので火加減には気をつけましょう)

三原屋コウジ君レシピ③

コウジの程よい甘さ、そしてコウジの
力でお肉がすごく柔らかくなるよ！



鮭のこうじホイル蒸し

分量(2人分)

生鮭70g2切・コウジ君1個・しめじ少々・ブロッコリー少々
バター4g×2・塩コショウ少々



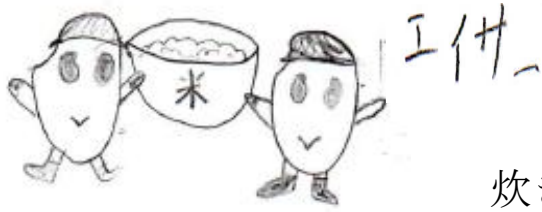
- ① 生鮭は両面に塩・コショウを振る
- ② ポリ袋にコウジ君を入れ、袋の上から潰し融かす
- ③ ②に①を入れ、鮭全体に糎を和える
- ④ アルミホイルに③を1切・ブロッコリー・しめじを入れ包む
- ⑤ フライパンに1cm位水を入れ、④を並べて蓋をし
10分位蒸す
- ⑥ お皿に移し、アルミホイルを開けバターを添えて
出来上がり

三原屋コウジ君レシピ④

生鮭がないときは甘塩鮭で代用できるよ
その際には①の塩は省いてね！



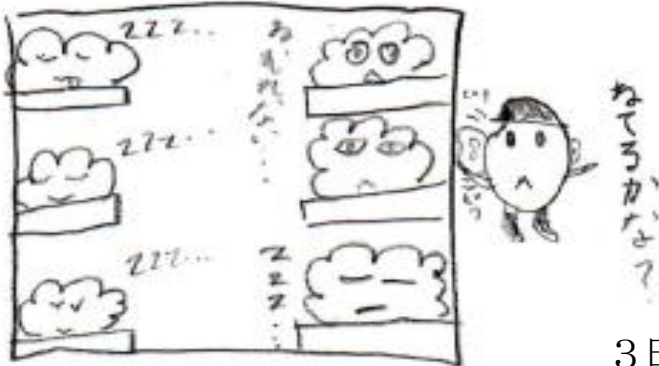
オマケ：ぼくができるまで



炊きたてのご飯に、



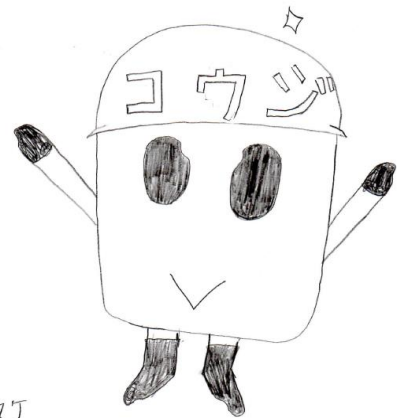
モヤシ(種糎)をまぜて...



3日間、暖かい部屋で寝かせます



一日かけて、甘酒みたいにします



27

つくりたてのコウジくんを、
そのまま冷凍しちゃいました