

# この商品ってどんな味??

## これいよ! ~ 7品目を使わない パンケーキミックス粉の巻 ~



CO・OP から、食物アレルギーを引き起こすことがある特定原材料 7 品目を使わない  
スマイル ディッシュ  
SMILE DISH シリーズが発売されたんだって。

特定原材料

7品目を使わない『CO-OP SMILE ディッシュ DISH』シリーズとは?



食物アレルギーを引き起こす物質のうち特にお悩みが多い「特定原材料 7 品目」を使わずに開発したシリーズです

特定原材料 7 品目を  
使用していません

- ✓ たまご
- ✓ 乳成分
- ✓ 小麦
- ✓ そば
- ✓ ピーナッツ
- ✓ えび
- ✓ かに

不使用



安心にこだわって  
開発しました

意図せずアレルギー物質が混入してしま  
うリスクをなくすために

①専用工場または専用ラインで製造

②原材料も厳しくチェック

原材料すべてについて、1つ1つ  
アレルギー物質混入の危険性がない  
ことを確認しています。

みんないっしょに  
食べられる

食物アレルギーのある方だけの特別な  
食事ではなく、「家族や友達みんなで同  
じものが食べられる」のが本シリーズ  
の特長。大人も子どもも満足できるよ  
う、おいしさにもこだわっています。  
食物アレルギーを持つ方が疎外感なく  
食べられて、みんなの笑顔が自然に広  
がる食卓を応援します。

おいしくつくれる

家族に食物アレルギーがあると、毎日  
の食事づくりはなにかと大変。  
ちょっとした手間が省けるものやアレ  
ンジができるものなど、「あるとうれし  
い」商品をラインナップ。  
ふだんのごはんはもちろん、お誕生日  
やお祝いの日にもぴったりな、レスト  
ラン風のメニューも簡単につくれま  
す。



アレルギーをもっている家族に、安心して食べさせられるわね ♥

アレルギーのない人も一緒に、みんなでおいしく食べられるのも嬉しいね ♪



～ コープの食物アレルギー対応商品 ～

スマイルディッシュ  
SMILE DISH

「7品目を使わない」シリーズは全部で10種類

※2019年9月現在

毎月3回企画 月刊 にこここほっぺ にてご案内

アレンジしやすい 基本のソース

CO-OP 7品目を使わない

野菜でつくったトマトソース



CO-OP 7品目を使わない

野菜でつくったホワイトソース



CO-OP 7品目を使わない

野菜でつくったカレーソース



CO-OP 7品目を使わない

野菜でつくったブラウンソース



小麦を使わずお米でつくっためん類

CO-OP 7品目を使わない

発芽玄米スパゲティタイプ



CO-OP 7品目を使わない

発芽玄米マカロニタイプ



CO-OP 7品目を使わない

うどんタイプ



CO-OP 7品目を使わない

中華めんタイプ



みんなで楽しめる ミックス粉

CO-OP 7品目を使わない

パンケーキミックス粉



CO-OP 7品目を使わない

お好み焼きミックス粉



パンケーキミックス粉  
拡大写真 →



## 7品目を使わないパンケーキミックス粉

国産米の白米粉がベース。豆乳を加えて焼くだけで、ふんわりもちりとしたパンケーキができて上がります。

国産のてんさい糖でやさしい甘みをつけています。甘さ控えめなので、食事用のパンケーキづくりもおすすめてです。

炊飯器を使ったケーキづくりや、ドーナツ、マフィンなどのアレンジでおやつの時間が楽しくなります。

### フライパンで1枚分

〈材料〉

- 7品目を使わない  
パンケーキミックス粉・・・50g
- 無調整豆乳・・・60ml
- オリーブ油・・・小さじ1

①ボウルに材料を入れ、混ぜ合わせる。

②フライパンにオリーブ油適量を熱し、①を流し入れ、弱めの中火で両面を3分ずつ焼く。



お好みで、はちみつやフルーツソースをかけてできあがり



【原材料】

白米粉（白米（国産））、てんさい糖（てんさい（遺伝子組換えでない））、ばれいしょでん粉（遺伝子組換えでない）、発芽玄米粉（発芽玄米（国産米））、食塩／加工でん粉、膨張剤

【内容量】300g（150g×2袋）

【カロリー表示】

356kcal・食塩相当1.6g/100g

【製造者】大潟村あきたこまち生産者協会



品質保証室ではこんな感想が。。

- ♪ もちもち&しっとりした食感。
- ♪ 小麦を使用せず、米粉100%なのに、ふっくら感のある焼き上がりになっている。
- ♪ パンケーキなので、甘みは少ない。
- ♪ 思ったより甘みがなく、あっさりとした優しい味。主食にしてもいいのでは？
- ♪ もちもちしていて食感は悪くないが、パンケーキというより食事用のパンのような感じ。
- ♪ もちもち食感で、よく噛んでいると甘みを感じる。

品質保証室で

「7品目を使わない  
パンケーキミックス粉」を使って  
お菓子をつくってみました！





# バナナ蒸しパン

バナナをつぶしながら混ぜるだけ！  
しっとり感と、バナナの優しい甘味がプラスされてGOOD♪

準備時間

5分

調理時間

10分

分量

4人分

## 材料

7品目を使わないパンケーキミックス 1袋 (150g)  
COOP濃い豆乳 180ml  
バナナ 2本

## 作り方

1. バナナをキッチンはさみで輪切りしながらボウルに入れます。
2. 泡立て器でつぶします。
3. パンケーキミックスを入れて泡立て器で静かに混ぜます。
4. 豆乳を少しずつ入れながら泡立て器で混ぜ合わせ、とろとするまで豆乳を入れます。  
(固さは豆乳の分量で調整してください)
5. 器 (マグカップでもマフィン型でもカップケーキ型でも好みで...) に流し入れます。
6. 電子レンジ500Wで約4分加熱します。(中央に竹串を刺して生地が付いて来なかったらでき上がり) 生地が付いて来たら、15秒ずつ加熱してください。  
※電子レンジの機種や器の大きさにより加熱時間は調整してください。コツとしては、1回目は少し短めに設定して少しずつ加熱する事です。一気に長時間加熱すると水分が飛んで固くなってしまいます。) 余ったら、冷凍保存し、食べたい時に表面に少し水を掛け《霧吹き》ラップを掛けて電子レンジで解凍加熱してもいいですよ。



### 栄養成分表 (1人前あたりの含有量)

	<p>185 キロカロリー</p>	1.9	グラム 総脂肪
		4.9	ミリグラム タンパク質
		0.6	ミリグラム 塩分
		42.6	グラム 炭水化物

このパンケーキミックスは、米粉が入っていてもちもちしているので、腹持ちも良くとても美味しいだけだと思います。  
また、7大アレルギーが入っていないので、モグモグ期の小さなお子様でも安心して食べていただけます。  
とっても簡単なので、朝ごはんやおやつにいかがですか？



# バームクーヘン

バームクーヘンの芯は簡単に作れちゃう！くるくる巻いて、見た目も楽しい♡

準備時間

5分

調理時間

15分

分量

3人分

## 材料

7品目を使わないパンケーキミックス 1袋 (150g)  
COOP濃い豆乳 2本 (250ml)  
アルミホイル  
クッキングシート  
米油 大さじ1

## 作り方

1. アルミホイルを卵焼き器の幅にカットして芯を作ります。その上に卵焼き器の幅にカットしたクッキングシートを巻き付けます。
2. ボウルにパンケーキミックスと豆乳を入れて泡立て器でかき混ぜます。
3. 卵焼き器を加熱し、米油を敷いて2. を薄く広げます。この時卵焼き器に流れないならもう少し豆乳を入れましょう。
4. 1. を置いて巻き付けます。
5. 卵焼きを焼く要領で少しずつ焼いて巻き付けていきます。
6. 荒熱を取ってお好きな幅にカットします。

(アルミホイルとクッキングシートで作った芯)



### 栄養成分表 (1人前あたりの含有量)

	<p>273 キロカロリー</p>	7.2	グラム 総脂肪
		7.8	ミリグラム タンパク質
		0.8	ミリグラム 塩分
		44	グラム 炭水化物

卵焼きを焼くようにコロコロ焼くだけです。芯を作るのが面倒な方は、卵焼きのように作ってもOKです。  
パンケーキの時より、香ばしさがあり、もちもち感も倍増です。少しの手間でとても美味しくいただけます。  
物足りない方は、フルーツや生クリームなどを添えてはいかがでしょうか？

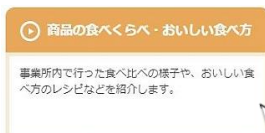
★バックナンバーは。。。

『ならコープホームページ』 →



ならっぴ探検隊

→



商品の食べくらべ・おいしい食べ方

をクリック!

