



米粉で、やさしい、ていねいなクリスマスを。

## 「米粉タイムズ」クリスマスメニュー公開

～12月13日から12月25日までに2024年のクリスマスを彩る米粉スイーツを公開～

米粉タイムズ公式Instagram : <https://www.instagram.com/komekotimes/>

米・米粉消費拡大推進プロジェクト事務局は、お米・米粉に関する最新情報やレシピ・動画・コラムなどを掲載するお米・米粉専門メディアである「米粉タイムズ」にて、2024年のクリスマスを彩る米粉スイーツレシピなどを12月13日（金）より、合計5つのレシピを公開します。



### ■真っ赤なクリスマスケーキでいつもより色鮮やかに！ 「真っ赤なクリスマスムースケーキ」のレシピを12月13日に公開！

米粉を使ったムースは口当たりがよく、まぜるだけなので簡単に作れます。お気に入りのグラスにいれて、クリスマスの色鮮やかに楽しめるケーキです！

#### <レシピ>

- (1)小鍋にムースの材料（A）をいれて弱火にかけ、とろみがつくまで加熱する。とろみがついたら粗熱をとる。
- (2)米粉のスポンジケーキを1cm角に切る。
- (3) お好みのグラスに2を敷き詰め、  
(1)を流し入れ、冷蔵庫で冷やし固める。
- (4) ラズベリーピューレとグラニュー糖を混ぜ、600wの電子レンジで2分加熱し、冷やす。
- (5) (3)に(4)のソースをかける。

#### <材料>

- |             |           |
|-------------|-----------|
| ・ラズベリーピューレ  | 150g (A)  |
| ・生クリーム      | 130cc (A) |
| ・グラニュー糖     | 20g (A)   |
| ・米粉（製菓用）    | 25g (A)   |
| ・米粉のスポンジケーキ | 1/2枚      |
| ・ラズベリーピューレ  | 40g       |
| ・グラニュー糖     | 20g       |



※レシピURL : <https://komeko-times.jp/recipe/recipe216/>



## ■クリスマスを彩る米粉グルメはスイーツだけじゃない！ クリスマスにおすすめな米粉グルメをご紹介します！

### (1) クリスマスといえば・・・「サクサク美味しいささみのクリスピーチキン」

衣はサクサク、中はしっとりジューシーで、家族で取り合いになるほど満足感のあるクリスピーチキン。テンション上がること間違いなし。マヨネーズにつけても美味しいです。

<調理のポイント>

- ・衣をつける前に、卵液をたっぷりつけると衣がしっかりつきます。

<レシピURL>

<https://komeko-times.jp/recipe/recipe120/>



### (2) カラダにやさしいパスタでお腹いっぱい「米粉のグルテンフリーパスタ」

グルテンフリーの麺にも注目です！そこで、トマトやアスパラなどクリスマスらしい色合いの具材とともに、カラダにやさしいパスタでクリスマスの食卓を盛り上げよう。

<調理のポイント>

- ・アスパラは食感を残すために最後に加えましょう

<レシピURL>

<https://komeko-times.jp/recipe/recipe144/>



### (3) スープも米粉？「米粉ニョッキのミネストローネ」

米粉と玄米粉を使った2色のニョッキが可愛い、野菜たっぷりのミネストローネ。普段のミネストローネに米粉のニョッキを加えて満足感も倍増！

<調理のポイント>

- ・ニョッキの生地がゆるい時は米粉を入れて調整してみてください。

<レシピURL>

<https://komeko-times.jp/recipe/recipe139/>





## ■米コ塾とは

米コ塾は、“食”の各専門家が集まり、技術やノウハウを共有しながら米粉普及の未来を探求するコミュニティです。米粉を消費者にもっと知ってもらうために、米粉の特徴を活かした利用法等について、専門的なプラットフォームの確立をするべく、米粉の可能性を模索する飲食店オーナー・シェフ、料理家、生産者、食品メーカー、デザイナーなどによって構成される専門的なコミュニティを形成し、それぞれの専門家が最新の技術やノウハウを共有しながら研究活動を展開していきます。

# 米コ塾

## ■米粉タイムズについて

米粉タイムズとは、消費者向けにレシピ・動画・コラム・プロジェクトに関する最新情報など米粉情報を発信しているWEBメディアです。WEBや公式SNS(Instagram、X)を通して、キャンペーンに関するお得な情報や、簡単で美味しく食べれるレシピや活用方法、米粉を使ったメニューを提供している飲食店検索も閲覧可能ですので、ぜひご活用ください。

# 米粉タイムズ

公式WEBサイト : <https://komeko-times.jp/>  
公式Instagram : <https://www.instagram.com/komekotimes/>  
公式X : <https://twitter.com/komekotimes>  
公式YouTube : <https://www.youtube.com/@komekotimes>

## ■米・米粉消費拡大推進プロジェクトとは

「米・米粉消費拡大推進プロジェクト」は、農林水産省が行う「米・米粉消費拡大対策事業」の一環として実施します。本プロジェクトを通して、国際的な人口増加等による食料需要増大、原材料価格の上昇や円安の影響から、日本の食料安全保障の重要性が改めて見直されていることを受け、食糧の安定供給に向け国内で自給可能な作物である「お米・米粉」の消費拡大を目指しています。

## ■事業実施主体について

1996年に飲食店情報サイト「ぐるなび（※）」を開設。詳細なメニュー情報等を事前に確認してから飲食店に行くという外食のスタイルを定着させました。現在「食でつなぐ。人を満たす。」という存在意義（PURPOSE）のもと、「飲食店DXのベストパートナー」としてさらなるサービスの拡充を図っています。（※）2023年10月に「楽天ぐるなび」へ名称変更

社名 株式会社ぐるなび Gurunabi, Inc.  
設立年月日 1989年10月2日（会社設立）  
2000年2月29日（株式会社ぐるなび発足）  
所在地 東京都千代田区有楽町1-1-2 日比谷三井タワー11F  
資本金 100百万円（2024年9月30日現在）  
事業内容 パソコン・スマートフォン等による飲食店等の情報提供サービス、  
飲食店等の経営に関わる各種業務支援サービスの提供その他関連する事業  
従業員数 単体 897名 連結 987名（2024年9月30日現在）  
URL <https://corporate.gnavi.co.jp/>