

★Cup Chan 8★



FU
Deep Pure

フカイ工業株式会社



あなたのセンスで自由に
デコレートしちゃおう！

Cup cake のレミピ



フルーツマフィン☆カップちゃん

材料 * トッピングは好みで！

- 薄力粉（又はホットケーキミックス）・・・110g
- ベーキングパウダー・・・3g
(ホットケーキミックスの場合は要りません)
- バター・・・30g ○卵・・・1個
- グラニュー糖・・・60g
- 牛乳・・・50cc ○ドライフルーツ・・・100g

作り方

1. バターを室温に戻して柔らかくしてから、グラニュー糖と一緒にボウルに入れ、泡立て器で白っぽくなるまで混ぜる。
2. 柔い卵を2～3回に分けて加える。
(卵を加えて泡立て器で混ぜるを2～3回繰り返す。)
3. 材料の薄力粉とベーキングパウダーを合わせてふるい、牛乳と半量ずつ交互に加えて混ぜる。
4. ドライフルーツを入れて、ざっくりと切るように混ぜる。
5. 本体を予熱しておき、カップケーキ用紙カップ「6号」
(又はシリコンカップ)をセットし材料を1/2分量入れ、上蓋を開めて約6～7分焼く。

ポイント

- ・卵もできれば常温に戻しておく。
- ・ドライフルーツの代わりに、ナッツ又はアーモンドスライスを入れても美味しいです。

材料 しっとり抹茶☆カップちゃん

A

- ・薄力粉（又はホットケーキミックス）・・・100g
- ・抹茶・・・15g ・ベーキングパウダー・・・3g
(ホットケーキミックスの場合は要りません)

B

- ・グラニュー糖・・・40g
- ・卵・・・2個

C

- ・バター・・・50g
- ・ホワイトチョコ・・・200g
(仕上げ用として約30gを使用)

作り方

1. Aを合わせてふるっておく。
2. Bをボウルに入れ、泡立て器でよく混ぜる。
3. Cを50℃くらいの湯せんにかけ、溶かしてよく混ぜる。
4. BにCを加えて混ぜる。
5. 4にふるったAを加えて、ゴレべらで切るようにざっくりと混ぜ合わせる。
6. 本体を予熱しておき、カップケーキ用紙カップ「6号」
(又はシリコンカップ)をセットし材料を1/2分量入れ、仕上げ用のチョコを小さなして表面にのせる。
上蓋を開めて約6～7分焼く。

ポイント

- ・湯煎のお湯が熱すぎると卵が固まってしまいます！
触って熱い位でOKです。



ふんわりアーモンド☆カップちゃん

材料



- 薄力粉（又はホットケーキミックス）・・・90g
- ベーキングパウダー・・・3g
(ホットケーキミックスの場合は要りません)
- バター・・・60g ○バニラエッセンス・・・適量
- グラニュー糖・・・60g ○卵・・・1個
- アーモンドブードル・・・15g

作り方

1. 材料の薄力粉、ベーキングパウダー、アーモンドブードルを一緒にひるっておく①
2. 卵は卵黄と卵白に分ける。
3. 別のボウルで卵白にグラニュー糖 20g を加えてメレンゲを作り、冷蔵庫に入れておく②
4. バターに残りのグラニュー糖を加えて良くすり混ぜ、卵黄を加える③
5. ①にひるっておいた粉類をもう一度ひるいながら入れ、ざっくり混ぜて、バニラエッセンスを数滴程度で②+③に入れれる。
6. ⑤にメレンゲを3回位に分けて加え、その都度優しく混ぜる。
7. 本体を予熱しておき、カップケーキ用紙カップ「6号」
(又はシリコンカップ)をセットし材料を7分回位入れ、上蓋を開めて約6~7分焼く。

ポイント

- ・メレンゲを作るボウルは、水介、油介を必ずきれいにとつておくと堅いメレンゲになります。水介、油介、卵黄が入ると泡立たず、メレンゲになりません。

材料 ココアマフィン☆カップちゃん

- 薄力粉（又はホットケーキミックス）・・・90g ○ベーキングパウダー・・・2g
- ココアパウダー・・・20g ○バター・・・70g
(ホットケーキミックスの場合は要りません)
- グラニュー糖・・・65g ○生クリーム・・・50g ○卵・・・1個
- チョコチップ（あのおなチョコ）・・・30g ○アーモンドスライス・・・好みで

作り方

1. 材料の薄力粉、ベーキングパウダー、ココアパウダーを一緒にひるっておく。
生クリームを常温に戻す。
2. バターを室温に戻してからグラニュー糖と一緒にボウルに入れ、泡立て器で白っぽくなるまで混ぜ、溶いた卵を2~3回に分けて加える。(卵を加えて泡立て器で混ぜるを2~3回繰り返す。)
3. ひるった粉類と生クリームを3回分けて交互に加え、ざっくり混ぜ合わせたのち、
あのおなチョコチップを加えて軽く混ぜる。
4. 本体を予熱しておき、カップケーキ用紙カップ「6号」
(又はシリコンカップ)をセットし材料を7分回位入れ、上蓋を開めて約6~7分焼く。

ポイント

- ・ココア生地は柔らかいので焼き時間を長めにした方がお勧め。
- ・薄力粉（又はホットケーキミックス）を100gにすると多少弾力がでます。

簡単調理で
たのしくおいしく
おかずが楽しめる。

おかずのレシピ



Mini みにオムレツ☆カップちゃん

材料

- ミックスベジタブル・・・大さじ1
- 卵・・・1個 ○塩・・・少々
- コショウ・・・少々



作り方

1. 卵は溶きほぐし、塩、コショウを加えて混ぜ合わせておく。
2. 本体を予熱しておき、シリコンカップをセットする。
3. ミックスベジタブルをカップに入れ、スプーンで溶いた卵をカップの方まで流し入れる。
4. 上蓋を開めて、約4~5分焼く。



ミニハンバーグ☆カップちゃん

材料

- ミニハンバーグ（市販）・・・1個
- ピザソース・・・大さじ1
- ピザ用チーズ・・・適量（好みで！）

作り方

1. 本体を予熱しておき、シリコンカップをセットする。
2. ミニハンバーグをシリコンカップ（またはベーキングカップ）に入れ、ピザソースをかける。好みでピザ用チーズをかける。
3. 上蓋を開めて、約4~5分焼く。

ほうれん草チーズ焼き☆カップちゃん

材料

- 冷凍ほうれん草（刻んであるもの）・・・大さじ2
- ベーコン・・・適量 ○コーン・・・大さじ1
- ピザ用チーズ・・・適量 ○塩・・・少々 ○コショウ・・・少々



作り方

1. 冷凍ほうれん草を耐熱容器に入れ、ラップをして、電子レンジで1分程加熱する。
2. 加熱したほうれん草にベーコン、コーンを加え、さらに塩、コショウ各少々を加え、混ぜ合わせる。
3. 本体を予熱しておき、シリコンカップをセットする。
4. スpoonで混ぜ合わせた材料をカップに入れ、上蓋を開め、約4~5分焼く。

エビチーズグラタン☆カップちゃん

材料

- むきエビ・・・1尾 ○薄切り玉ねぎ・・・少々
- ピザ用チーズ・適量 ○グラタンソース・大さじ2
- スープのもの / ガーリックパウダー・・・少々
- 塩 / こしょう・・・少々



作り方

1. 耐熱容器に薄切り玉ねぎとむきエビ、スープのもと、ガーリックパウダーを入れ、電子レンジで1分間程加熱する。
2. 本体を予熱しておき、シリコンカップをセットする。
3. 予熱したカップに、1を入れてから、スpoonでグラタンソースを入れる。さらに、上にピザ用チーズをかける。
4. 上蓋を開めて、約4~5分焼く。
5. 焼き上げたら、塩とコショウを各少々振る。

チキンナゲットのタルタルリース焼き☆カップちゃん

材料

- チキンナゲット（市販）・・・1個
- ピザソース・・・大さじ1
- ピザ用チーズ・・・適量（好みで！）

作り方

1. 本体を予熱しておきシリコンカップをセットする。
2. 予熱したカップに、チキンナゲットを入れ、タルタルリースをのせる。
3. 上蓋を開めて、約4~5分焼く。

タルタルリースの作り方

- ゆで卵・・・1個 ○玉ねぎ・・・1/8個 ○マヨネーズ・・・大さじ2 ○酢・・・小さじ1
- パセリ・・・適量 ○塩・こしょう・・・適量

ゆで卵はマッシュヤーでつぶし、玉ねぎはみじん切りにして、水にさらし、キッチンペーパーで水気をよくしほる。すべての材料を混ぜ合わせれば出来上がり。

ブロッコリーグラタン☆カップちゃん

材料

- ブロッコリー・・・2かけ
- グラタンソース・・・大さじ1
- 塩、コショウ・・・少々



作り方

1. ブロッコリーを耐熱容器に入れ、ラップをし、電子レンジで1分程加熱する。
2. 加熱したブロッコリーに塩、コショウ各少々を加え、混ぜ合わせる。
3. 本体を予熱しておき、シリコンカップをセットする。
4. 予熱したカップにブロッコリーを入れ、グラタンソースを入れる。
5. 上蓋を開め、約4~5分焼く。