

メープルシロップ

取扱説明書

品番: MFYK-063

保管用



2024年1月11日放送

・いつでも見られるところに大切に保管し、必要なときにお読みください。

目次



トリセツ01 — P.2

ようこそ 和食とメープルの世界



トリセツ02 — P.4

“余韻” がスゴい！メープルは万能余韻調味料

【レシピ】 なごり液 — P.5

なごり液活用レシピ > 茶わん蒸し P. 6

親子丼 P. 7

そば P. 8

メープルの達人・有元葉子さんのオススメレシピ

メープルちらしずし P. 9 メープルみその焼きおにぎり P. 10

かぼちゃのメープル煮 P.11 豚のメープルしょうが焼き P. 12



トリセツ03 — P.13

**「メープルシロップはバターと！」そんなイメージを覆す！
令和版 香りが押し寄せる絶品シロップ**

【レシピ】 しょうゆバターメープル — P.14

練りごまコーヒーマープル — P.15

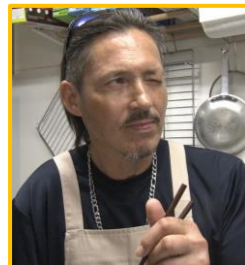
ベーコンポテトメープル — P.16

分厚いホットケーキの作り方 P. 17

ようこそ 和食とメープルの世界

ポイント ▶ メープルシロップは “万能”

ホットケーキだけ？いえ、違います。メープルシロップを知り尽くした“日本に住むカナダの人たち”は、こんな意外な使い方をしていました。



卵焼き



納豆



焼き鳥



ブリの照り焼き

他にも、肉じゃがや焼いたサケ、餅の磯辺揚げなどなど。

そう、和食にバッチリ合うんです

白米	から揚げ	おでん	みそ汁
卵かけごはん	チキン南蛮	肉じゃが	豚汁
炊き込みごはん	焼き鳥	かぼちゃの煮物	納豆
牛丼	豚しょうが焼き	里芋の煮物	豆腐
カツ丼	角煮	筑前煮	たくあん
親子丼	もつ煮	かんぴょう煮	うめぼし
お茶漬け	豚カツ	じゃこのつくだ煮	めんたいこ
ちらしずし	コロッケ	ブリ大根	こんにゃく
イクラのおにぎり	かきフライ	煮豆	しらす
焼きそば	しいたけのフライ	アサリの酒蒸し	とろろ
たこ焼き	天ぷら	きんぴらごぼう	もずく酢
お好み焼き	タイの煮つけ	ほうれんそうのごまあえ	切り干し大根
うどん	サバみそ煮	オクラとひじきのあえもの	松前漬
チャンポン	カレイの煮つけ	カニカマのマヨネーズあえ	枝豆
そうめん	イワシの煮つけ	うの花	イカの塩辛
インスタントラーメン (しょうゆ味)	サケ焼き	なまふ焼き	サケとば
目玉焼き	ブリ照り焼き	湯葉	するめ
卵焼き	アジの南蛮漬	蒸し鶏のねぎ塩だれかけ	麦茶
ゆで卵	刺身	豆腐ハンバーグ	ほうじ茶
茶わん蒸し	カツオのたたき	さつまいも	甘酒

番組Dが、ひたすら試食した結果、合わない和食がほぼないと判明。

メープルシロップは **万能**

だったのです！



パンケーキも思わずひっくり返る!?

ポイント ▶ 和食と合う理由：“香り”

なぜ和食に合うのか。理由は“香り”でした。

メープルシロップが持つ独特な香り成分は、

- ・ソトロン
- ・フルフラール
- ・シクロテン など。

実は、これらの香り成分は、
しょうゆ(ソトロン)、
みそ(フルフラール)、
かつお節(シクロテン)が
持つ香り成分と同じ。



似た香り成分⇒うれしい相乗効果が！



味覚を研究する
東北大学・坂井教授によると

似た香り成分があると、
しょうゆの味をより強く感じたり、
ダシの奥深さをより強く感じる効果がある。

メープルシロップが
みそやしょうゆの風味をUPさせるのです！

“余韻” がスゴい！ メープルは**万能余韻調味料**

ポイント ▶ メープルシロップに**“余韻”**！？

口に広がり味わいが続く“後味”。

なんと！

めんつゆにメープルシロップを入れると
“後味” が長く続くという結果が。



メープルシロップの特徴は**「苦味」**
隠れた苦味が口の中で味を響かせる

甘いだけだと
思ったら！

この余韻の正体、実は**“苦味”**。甘さに
隠れて感じにくいのですが、メープル
シロップには苦味成分が含まれています。
この苦味が、味の余韻の長さに関係します。
これは、人の味覚が苦味にひとときわ敏感で
あることが原因と考えられます。
というのも**苦味＝毒** だから。



めんつゆにメープルを
足すと苦味が強くなった

人間の舌には、味覚を感じる“味蕾(みらい)”
があり、33種類あります。
そのうち、なんと25種類が苦味専用なのです！

メープルが苦いのは、樹液を煮詰めているから！

メープルが苦い理由、それは“樹液”だから。
樹液に含まれる“ポリフェノール”などの苦味
成分や、煮詰める際に生まれるピラジンなどの
苦味成分の影響なのです。



メープルシロップならではの！
余韻がスゴい万能調味料

なごり液



2倍の量を作りたい場合は、
すべての材料を倍にしてください。

原液(125mL)を作る場合

- | | |
|-----------|------|
| □しょうゆ | 大さじ6 |
| □メープルシロップ | 大さじ2 |
| □酢 | 小さじ1 |

手順 ① 器にメープルシロップとしょうゆ、酢を入れて
よく混ぜ合わせる。 ※使う量に合わせて作ろう。

※保存する場合は、2～3日をめどに使い切るのがオススメです。

いつでも簡単に作れてこんなに使える！

料理の一例！

- ・親子丼、カツ丼
- ・煮物や、イワシなどの煮魚にも
- ・天つゆ、そばつゆ、湯豆腐など

水でお好みの濃さに！



なごり液活用レシピ
メイプル効果で上品に！

茶わん蒸しの作り方



材料 (4~5個分)

- | | | |
|-------------------------------------|---------------|-----|
| <input type="checkbox"/> なごり液 | 大さじ3 + 1/2 | } A |
| <input type="checkbox"/> 水 | 300mL | |
| <input type="checkbox"/> 卵 | 2個 | |
| <input type="checkbox"/> 鶏肉 | 50g(5等分にしておく) | |
| <input type="checkbox"/> しいたけ (薄切り) | 1個 | |
| <input type="checkbox"/> ぎんなん | 4~5個 | |
| <input type="checkbox"/> ミツバ | 適量 | |

手順 ① ボウルで卵をよく溶いてから、Aを加えて混ぜ合わせ、ザルなどでこす。

手順 ② 耐熱の器に鶏肉とぎんなん、しいたけを入れ
①の卵液を静かに注ぎ1つずつラップをかける。

手順 ③ 蒸気の上がった蒸し器に②を入れ、
強火2分、弱火10分ほど加熱する。

※卵液の固まりがゆるい場合、弱火の加熱時間を追加してください。

なごり液活用レシピ
ごはんものにも!

親子丼の作り方



材料 (2人前)

□ なごり液	大さじ3	} A
□ 水	60mL	
□ 卵 (溶いたもの)	4個	
□ 鶏もも肉 (1口大)	150g	
□ たまねぎ (薄切り)	1/4個	
□ ミツバ	適量	
□ ごはん	2杯分	

手順① 小鍋にAと鶏肉とたまねぎを入れ、鶏肉に火が通るまで中火で3、4分加熱する。

手順② 溶き卵をよく混ぜながら全体に回し入れ、中火で2分ほど加熱し、半熟で火を止める。

手順③ 丼にごはんを盛り②をかけミツバをのせる。

※鍋のサイズにより1人分ずつ作る場合①～③を繰り返します。



なごり液活用レシピ
メープルが極上ダシに!

そばの作り方



材料 (2人前)

- | | | |
|-------------------------------------|-------|-----|
| <input type="checkbox"/> なごり液 | 大さじ5 | } A |
| <input type="checkbox"/> 水 | 500mL | |
| <input type="checkbox"/> そば | 200g | |
| <input type="checkbox"/> 長ねぎ (小口切り) | 適量 | |

手順

①

鍋にAを入れ、ひと煮立ちさせる。

手順

②

お好みの硬さにゆでたそばを①に加え温める。

手順

③

②を器に盛り、長ねぎをちらす。

メープルの達人・有元葉子さんの
のオススメレシピを4つ紹介！



ワンランク上の味わいに！

メープルちらしずしの作り方



材料(4～6人前)

□米	3合	A
□米酢	80mL	
□メープルシロップ	大さじ2+1/2～大さじ3	
□塩	小さじ2/3	

オススメのトッピング

□小鯛(こだい)の笹漬け	200g	□実山椒(みざんしょう)の佃煮	大さじ3
□レンコンの甘酢漬け	1節	□ミツバ(葉先)	1束分

手順
①

米はといで十分に浸水させ、水気を切る。
すし飯を作る分量で炊く。



手順
②

Aは合わせておく。
米が炊けたら(飯台にあけ)、Aを回しかけ、
ごはんを切るように混ぜ、うちわなどであおぎ、人肌にさます。



手順
③

小鯛の笹漬けやレンコンの甘酢漬けなど、
お好みの具材を全体に散らしてさっくりとごはんと合わせる。

酢飯に使うメープルシロップは
“ゴールデン” がオススメです！



塗って焼くだけ

メープルみその焼きおにぎりの作り方



材料(3～4個分)

- 温かいごはん おにぎり3～4個分
- みそ 大さじ2
- メープルシロップ 大さじ2

手順
①

おにぎりは、中はふんわり外はしっかりと作る。

手順
②

ガスまたは炭火の上に焼き網をのせ、
空の状態ですべて網をまず十分に加熱しておく。

手順
③

おにぎりをのせて焼く。下面が焼けてくると
無理をしなくても剥がれる。
返して両面焼き色がつくように焼く。



手順
④

みそとメープルシロップを混ぜ合わせたものを
片面にたっぷり塗る。



手順
⑤

オーブントースター(またはグリル)で
みそを塗った面がこんがりするまで焼く。



メープルの分量はお好みで変えてみてください!



かぼちゃのメープル煮の作り方



材料

- かぼちゃ 1/4個
- メープルシロップ 1/4カップ
(好みで増減する)
- 塩 少々
- 水 大さじ2~3

手順
①

かぼちゃはタネを取り、食べやすい大きさにカットする。
皮を部分的に少しそぐ。

手順
②

無水鍋など厚手の鍋にかぼちゃを入れ、
メープルシロップと塩少々加えてよく混ぜ、
そのまま10~20分ほど置いておく。



手順
③

水を全体に振り、フタをして中火にかけ煮立ったら火を弱めて
10~15分火加減に注意しながら煮る。
かぼちゃに串がすっと刺されれば完成。



*水分が残っている場合はフタを取って水分がなくなるまで
少し揺すりながら煮ます。焦がさないように注意！
水分を飛ばすように仕上げるのがコツです。

砂糖を使うよりもしっとりクリーミーに！



豚のメープルしょうが焼きの作り方



材料 (2人前)

- 豚肩ロースまたはもも肉の薄切り 250g
- かたくり粉 適量
- おろししょうが 大きめ1 かけ
- メープルシロップ 大さじ4
- しょうゆ 大さじ2 + 1/2
- 酒 大さじ3
- キャベツの細切り 適量
- 油 適量

手順
①

豚肉を広げてかたくり粉を片面にふり、
ふった面が内側になるように半分に折り畳む。



手順
②

フライパンを熱して油を入れてなじませ、
豚肉を折り畳んだまま両面こんがり焼く。



手順
③

豚肉の上に1枚ずつ、おろししょうがをのせ、
メープルシロップ、酒、しょうゆを、上にたらすように加える。

手順
④

調味料が煮立ってくるととろみが出てくるので
焼き汁がとろりとするまで肉に絡めながら火を通す。
(味が足りない場合は好みに適宜調味料を足すとよい。)

手順
⑤

お好みで、細切りキャベツを添える。

「メープルシロップはバターと！」そんなイメージを覆す！ 令和版 香りが押し寄せる絶品シロップ

ポイント ▶ **メープルに合う香り食材を合わせる！**

ホットケーキにメープルをかけるときの定番の組み合わせといえば、バター。今回、それを超える“**絶品シロップ**”作りに挑戦しました！

メープルの香りは91種類 一体なにが合うのか？

メープルシロップには約91種類の香り成分があり、そのなかにはいくつか特徴的なものがあります。相性の良い香りを合わせればよいのです！



料理界きっての
理論派 料理研究家の樋口直哉さんが
生み出したのは、、、。

メープルシロップの香りを最大限に
楽しむ**3種のシロップ**でした！！！！

“香り押し寄せシロップ”でホットケーキを最大限に楽しもう！

誕生したのは、、、

- ・しょうゆバターメープル
- ・練りごまコーヒーメープル
- ・ベーコンポテトメープル



しょうゆバターメープルの作り方



材料 ホットケーキ4枚分

□メープルシロップ	100mL
□無塩バター	60g
□しょうゆ	小さじ1/2

手順
①

小鍋に無塩バターを入れ、弱火にかける。

手順
②

混ぜながら溶かし、ふつふつとしてきたら火を止め、
余熱でさらに溶かす。

手順
③

氷水にあてたボウルにバターとメープルシロップ、しょうゆ
を入れて泡だて器でよく混ぜる。

手順
④

ホイップ状になったらできあがり。

しょうゆと同じ香り成分が、メープルシロップにも含まれているので、相乗効果で香りがより豊かに！！
完成まで氷水で冷やし続けながら混ぜるとなめらかに仕上がります。



ここが香ばしさの限界

練りごまコーヒーマープルの作り方



材料 ホットケーキ4枚分

- いりごま 10g
- 練りごま 40g
- メープルシロップ 100mL
- インスタントコーヒー 小さじ1/4

手順① いりごまを弱火で3～4分じっくりいって香りを出す。

手順② いりごまとメープルシロップ、練りごま、
インスタントコーヒーをボウルで混ぜれば完成。



いったごまのカラメリックな香りと
樹液を煮詰めたメープルシロップの香りが
相性バツグン！

ベーコンポテトメープルの作り方



材料

□メープルシロップ	100mL
□じゃがいも	小2個(80g)
□ベーコン	60g
□オリーブオイル	大さじ2
□黒こしょう	少々

手順① じゃがいもは皮をむき、7mm角に切り、表面を洗い、水気を切る。ベーコンも同じ大きさに切る。

手順② フライパンにオリーブオイルをひき、中火にかける。ベーコンとじゃがいもを入れ、こんがりするまで加熱する。
※こぼしい香りを引き立てるために「こんがり」がポイント！



ベーコンが跳ねる場合があります。フタをして少しずらした状態で、フタをかぶせながら炒めてください

手順③ じゃがいもに火が通ったらボウルに移し、メープルシロップを注ぎ黒こしょう少々を振って完成。

ベーコンのくん製の香りがメープルシロップの香りを引き立てる！甘塩っぱい新感覚のシロップ。



ホットケーキの作り方

せっかくの絶品シロップ。
分厚いホットケーキを焼いて味わいつくしましょう！
基本はメーカーのレシピどおり。でもちょっとだけコツが。

手順
①

卵と牛乳とホットケーキミックスを混ぜる。



ポイント①牛乳の分量を守る！

生地がもったりしているからと牛乳を多めに入れるのはNG！
生地が薄く広がって膨らみにくくなります。

手順
②

フライパンを熱する。



ポイント②フライパンの温度！

適温はメーカーによって多少異なりますが160度ほど。
水滴を垂らして1秒ほどとどまったあと転がって蒸発したらOK。
(※フッ素樹脂加工のフライパンの場合です)

手順
③

フライパンをぬれタオルにあてる。

ポイント③時間は1～2秒！

何秒もあてると温度が下がりすぎてしまうので短時間でOK！

手順
④

このあともレシピどおりにフライパンで生地を焼けば
分厚いホットケーキの完成！



保ショー書

品名 メープルシロップのトリセツ (MFYK-063)

保ショー期間

次のトリセツができるまで

お客様名

アンミカ!

保ショーいただけますか?

メープルシロップだけ使いをしていた
今迄が勿体なはずだっ
なぶり液 すぐ作って料理に生かすね。
"余韻は苦み、"も勉強になりました!
全~部 美味かった~♡..

あしたが変わるトリセツショー



保ショー書

品名 メープルシロップのトリセツ (MFYK-063)

保ショー期間

次のトリセツができるまで

お客様名

アワちゃん

保ショーいただけますか？

メープルシロップのあまくて

苦くて

たのしい話

おなかいっぱい

味えて

MAPLE

余韻が

消えませんか!!

あしたが変わるトリセツショー

トリセツ