

らく洗いフードプロセッサー

Recipe book

スマートフォン・タブレットでの閲覧を推奨

▼ レシピの画像をタップ ▼



基本のハンバーグ



基本の焼きぎょうざ



キーマカレー



基本のミートソース



スパニッシュオムレツ



にんじんの炊き込みライス



あさりと野菜の
コンソメスープ



えびしんじょのお吸い物



キャベツの
コールスローサラダ



玉ねぎ黒酢ドレッシング



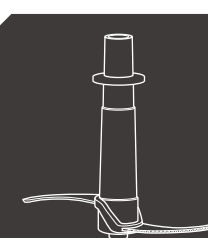
プレーンスコーン

基本のハンバーグ



調理時間目安

20 分



みじん切り
ブレード

材料 2～3人分

牛豚合いびき肉	250g
玉ねぎ	1/2個(100g)
ドライパン粉	1/3カップ
卵	1 個
塩	小さじ 1/4
こしょう	少々
オリーブ油	小さじ 1/2

A	
水	50ml
片栗粉	小さじ 1/2
ケチャップ	大さじ 4
ウスターソース	大さじ 1
白ワイン	大さじ 2

下準備

- 玉ねぎは2～3cm 角に切る。

作りかた

- 1** フードプロセッサーに玉ねぎを入れ、約20回**間欠運転**をしてみじん切りにする。パン粉、卵、塩、こしょう、ひき肉の順に加え、15～20回**間欠運転**をして混ぜ合わせる。
- 2** ブレードを取り外して、ゴムベラで均一になるまで軽く混ぜ、肉だねを 2～3 等分にする。小判型に形を整え、中央を少しくぼませる。
- 3** オリーブ油を引いたフライパンに **2** を並べ、フタをして中火にかけ、1～2分フライパンが温まるまで加熱し、弱火にしてさらに 3～4 分焼く。焼き目が付いたら裏返し、フタをして 3～4分焼く。
- 4** **3** を器に盛り、きれいにしたフライパンに **A** を上から順に入れて混ぜ、中火で混ぜながら煮てソースを作り、**3** に添える。

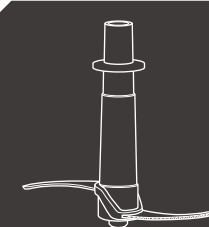
レシピ一覧へ

基本の焼きぎょうざ



調理時間目安

25 分



みじん切り
ブレード

材料 24 個 /4人分

ぎょうざの皮	24 枚
豚薄切り肉 ※	200g
キャベツ	240g
長ネギ	6cm
塩	小さじ 1/3

※代わりに豚ひき肉を使ってもOK

A	
しょうゆ	50ml
砂糖	小さじ 1/2
片栗粉	大さじ 4
しょうが(すりおろし)	大さじ 1
ごま油	大さじ 2

お湯(40℃以上)	150ml
ごま油	小さじ 1

下準備

- キャベツは2～3cm 角に切り、長ネギは 2cm幅に切る。
- 豚薄切り肉は2 ～3cm 角に切る。

作りかた

- 1** フードプロセッサーに長ネギを入れ、約 5 回**間欠運転**をする。さらにキャベツを半量入れ、10～ 15 回**間欠運転**をしてみじん切りにし、ボウルに移す。残りのキャベツも同様にみじん切りにしてボウルに移し、塩を混ぜ、約 5 分置いてからキッチンペーパーに包んで水気をしっかりと絞る。
- 2** フードプロセッサーに豚肉を入れ、約15秒**連続運転**をして混ぜ、ひき肉にする。
- 3** 1、2、**A**をボウルに入れ、よく練り混ぜる。
- 4** ぎょうざの皮で **3**を包む。
- 5** フライパンにごま油(分量外)を薄く塗り、ぎょうざを並べ、中火で1～ 2 分焼き、焼き目がつく前にお湯をぎょうざの高さの半分ほどまで入れフタをする。5～ 6 分加熱し、水分がほとんどなくなってきたらフタを開け、ごま油を回し入れて焼き目が付くまで焼く。

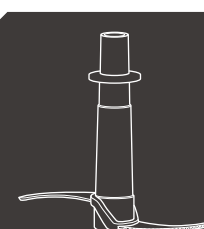
[レシピ一覧へ](#)

キーマカレー



調理時間目安

25 分



みじん切り
ブレード

材料 4人分

牛こま切れ肉※	150g
豚薄切り肉※	150g
玉ねぎ	1 個
にんじん	1/3 本
トマト	1 個 (150 ～ 200g)
にんにく	2 片
オリーブ油	大さじ 1
水	200 ～ 250ml

※代わりに牛豚合いびき肉 300g でもOK

A	
カレールー	80g
ウスターソース	大さじ 1 と 1/2
クミンパウダー(お好みで)	小さじ 1/2
コリアンダーパウダー(お好みで)	小さじ 1/2

下準備

- 野菜は2～3cm 角に切る。にんにくは芯を取る。
- 肉はスジを断ち切るように 2 ～ 3cm 角に切る。

作りかた

- 1** フードプロセッサーに玉ねぎ、にんじん、にんにくを入れ、6～8 回 **間欠運転** をしてみじん切りにし、鍋に移す。
- 2** 続けてフードプロセッサーに肉を入れ、30～40 秒 **連続運転** をしてミンチにし、**1** の鍋に移す。
- 3** **2** の鍋にオリーブ油を入れて中火で4～5分炒める。水、トマトを加えて沸とうさせ、弱火で約 10分煮る。一度火を止め、**A** を加えて溶けるまで混ぜる。溶けたら弱火で約 5 分混ぜながら煮る。

食べるときは

ごはんにかーマカレーをかけ、お好みで温泉卵をのせる。

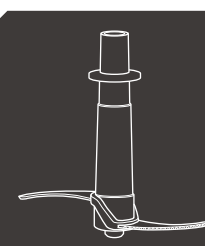
レシピ一覧へ

基本のミートソース



調理時間目安

25 分



みじん切り
ブレード

材料 4人分

牛こま切れ肉※	150g
豚薄切り肉※	150g
玉ねぎ	1 個
セロリ	6cm
マッシュルーム	4 個
にんにく	2 片
オリーブ油	大さじ 1

※代わりに牛豚合いびき肉 300g でもOK

A	
トマト水煮缶 (ホール)	1 缶 (400g)
赤ワイン (あれば)	50ml
塩	小さじ 1/2
顆粒コンソメスープの素	小さじ 1
こしょう	少々
ローリエ (あれば)	2 枚

下準備

- マッシュルームは軸の汚れている部分を取り除く。サッと洗い水気を拭き半分に切る。
- 野菜は2～3cm 角に切る。にんにくは芯を取る。
- 肉はスジを断ち切るように 2～3cm 角に切る。

作りかた

- 1** フードプロセッサーに玉ねぎ、セロリ、マッシュルーム、にんにくを入れ、6～8回 **間欠運転** をしてみじん切りにし、鍋に移す。
- 2** 続けてフードプロセッサーに肉を入れ、20～30 秒 **連続運転** をしてミンチにし、**1** の鍋に移す。
- 3** **2** の鍋にオリーブ油を入れて中火で4～5分炒める。**A** を加えてトマトをヘラでつぶし、沸とうさせ、弱火にしてフタをして時々混ぜながら約20分煮る。

食するとき

ゆでたスパゲッティとミートソースをサッと炒め合わせ、粉チーズ、パセリのみじん切りなどをかける。

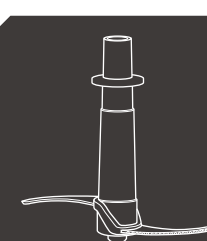
レシピ一覧へ

スパニッシュオムレツ



調理時間目安

15 分



みじん切り
ブレード

材料 4人分

卵	4 個
玉ねぎ	1/6 個
パプリカ(赤)	1/2 個
ピーマン	1 個
ハム	3 枚
オリーブ油	小さじ 1

A	
牛乳	大さじ 1 と 1/2
塩、こしょう	少々

ケチャップ	適量
-------	----

下準備

- 野菜、ハムは2～3cm 角に切る。

作りかた

- 1 フードプロセッサーに全ての野菜とハムを入れる。
3～4回**間欠運転**をして粗みじん切りにする。
- 2 ボウルに卵を割り、**A**を入れて混ぜる。
- 3 フライパンにオリーブ油を中火で熱し、**1**を加えて約2分炒める。
- 4 **3**のフライパンに**2**を加え、半熟状になるまで混ぜる。弱火にしてフタをして全体が固まってくるまで2～3分焼き、裏返す。さらにフタをして焼き目がついたら器に盛る。切り分けてケチャップをかける。

レシピ一覧へ

にんじんの炊き込みライス



調理時間目安

10 分

※炊飯時間を除く



材料 4 人分

米	2 合
にんじん	1 本 (150g)
バター	5g
汁気きったツナ缶 (お好みで)	1 缶
ブラックペッパー	適量

A	
顆粒コンソメスープの素	小さじ 2
塩	小さじ 1/4

下準備

- 米を洗って炊飯器の目盛り通りに水を入れてから大さじ 3 の水を捨て、約 30 分吸水させる。
- にんじんは皮をむいて 2～3cm 角に切る。

作りかた

- 1** フードプロセッサーにおろしプレート (粗)の上になんじんが重ならないように入れる。30～40 秒**連続運転**をしてすりおろす。
- 2** 米に**A**を混ぜ、**1** をのせて通常炊飯する。炊き上がったらバター、お好みでツナを加えて軽く混ぜる。食べる前にブラックペッパーを振る。

MEMO

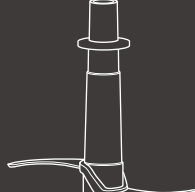
ベーコン、コーンなどを加えて炊いても OK !

レシピ一覧へ

あさりと野菜のコンソメスープ



調理時間目安
15 分

 みじん切り
ブレード

材料 4 人分

玉ねぎ	1/2 個
にんじん	1/2 本
セロリ	10cm
キャベツ	100g
ベーコン	2 枚
あさり(砂抜き済)	150g
オリーブ油	小さじ 1

A	
水	600ml
白ワイン	大さじ 2
顆粒コンソメスープの素	小さじ 1
塩、こしょう	各少々

下準備

- 野菜は2～3cm 角に切る。ベーコンは 2cm 幅に切る。

作りかた

- フードプロセッサーに玉ねぎ、にんじん、セロリを入れ、4～5回**間欠運転**して1cm 角程度になるまで粗みじん切りにし、鍋に移す。さらにキャベツを入れて5～6回**間欠運転**して 1～ 2cm 四方になるまで粗みじん切りにし、鍋に移す。
- ベーコン、オリーブ油を鍋に入れる。
- 2**を中火で2～3 分炒め、**A**を加えて沸とうさせる。あさを加えて弱火にし、フタをして弱火で約 10 分煮る。

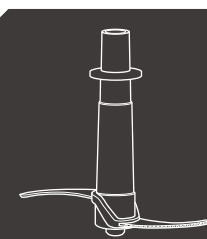
レシピ一覧へ

えびしんじょのお吸い物



調理時間目安

15 分



みじん切り
ブレード

材料 4人分

むきえび	150g
はんぺん	100g
塩	少々
片栗粉	大さじ 1

A	
だし汁	800ml
しょうゆ	小さじ 1
塩	少々

ゆでた青菜、白髪ねぎなど	各適量
--------------	-----

下準備

- むきえびは背ワタを除いて水気を拭く。
- はんぺんは2～3cm 角に切る。

作りかた

1 フードプロセッサーにむきえび、はんぺん、塩、片栗粉を入れ、30～40秒**連続運転**して混ぜる。

2 **1** を 8 等分にして手で丸める。

3 **A** を鍋に入れて沸とうさせ、**2** を静かに入れて、弱火にして火が通るまで4～5分煮る。椀に盛り、青菜、白髪ねぎを添える。

MEMO

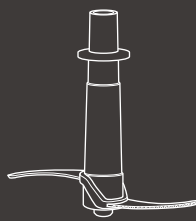
1 でむきえび半量を後から入れ、間欠運転するとえびの食感が楽しめる！

レシピ一覧へ

キャベツのコールスローサラダ



調理時間目安
10 分

 みじん切り
ブレード

材料 3 ～ 4 人分

キャベツ	150g
コーン	50g
塩	小さじ 1/4

A	
マヨネーズ	大さじ 1 と 1/2
酢	小さじ 1/2
粉チーズ	大さじ 1/2
塩、こしょう	各少々

下準備

- キャベツは2～3cm 角に切る。

作りかた

- 1 フードプロセッサーにキャベツと塩を入れ、6 ～ 8 回**間欠運転**をして粗みじん切りにし、みじん切りブレードを外す。
- 2 **1**をキッチンペーパーで包んで水気を絞りガラス容器に戻す。
- 3 **2**にコーン、**A**を入れ、和えて器に盛る。

Point

かさが出やすいキャベツはmaxのラインを超えないよう半量ずつ入れてみじん切りにする。少量が均一に切るコツ。

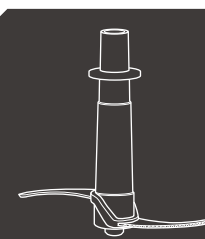
レシピ一覧へ

玉ねぎ黒酢ドレッシング



調理時間目安

10分



みじん切り
ブレード

材料

玉ねぎ 1/2 個

A

黒酢 大さじ 3

オリーブ油 大さじ 3

しょうゆ 大さじ 1 と 1/2

砂糖 小さじ 1

塩 少々

下準備

- 玉ねぎは2～3cm 角に切る。

作りかた

1 フードプロセッサーに玉ねぎを入れ、10 ～ 15 回 **間欠運転**をして細かいみじん切りにする。

2 **1** に **A** を加えて、さらに約 5 回 **間欠運転**をして混ぜる。

Point

玉ねぎはみじん切りにした後、電子レンジで加熱するか、水にさらして水気を絞って使うとマイルドな味わいに！

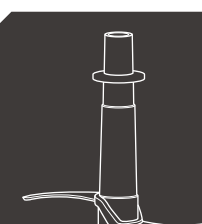
レシピ一覧へ

プレーンスコーン



調理時間目安

40 分



みじん切り
ブレード

材料 6 個分

冷たいバター 50g

A

薄力粉 200g

ベーキングパウダー 小さじ 1/2

砂糖 30g

B

冷たい牛乳 80ml

卵 1/2 個

《お好みで》

クロテッドクリーム、ジャム、

ホイップクリームなど 各適量

下準備

- 材料は全て冷やしておく。
- バターは 1.5cm 角に切る。
- オーブンは焼く直前に 200℃に予熱しておく。

作りかた

1 フードプロセッサーに**A**を入れ、上からバターを入れる。約10秒の**連続運転**を3～4回繰り返し、バターが粉に交じり見えなくなるまで混ぜる。

2 **B**を全体に回し入れ、4～5回**間欠運転**をして生地がまとまるまで混ぜる（この段階では完全に混ざっていないでOK）。

3 ブレードを取り外して、生地をひとまとめにし、ポリ袋に入れて 2～3 回折りたたみ、厚さ 1.5～2cm の長方形にまとめる（時間があれば約 1 時間冷蔵庫で冷やす）。

4 **3**の袋を切り開いて、包丁で 6 等分に切り、オーブンシートを敷いた天板にのせる。生地の表面に卵 1/2 個に牛乳 小さじ 1 を混ぜたもの(分量外)を塗り、200℃に予熱したオーブンで 20～25 分焼く。金網にのせ、粗熱をとる。

MEMO

4で生地を切るときにべたつく場合は薄力粉(分量外)を軽く振る。

レシピ一覧へ