

**HARIO**

料理研究家 河瀬璃菜さんが作る

# Cordless 2WAY Blender Original Recipe



Cordless 2WAY Blender  
Ambassador

料理研究家 /  
フードコーディネーター  
河瀬 璃菜



レシピ開発、商品開発、レシピ動画制作、企画執筆、編集、イベント・メディア・広告出演、飲食店プロデュース、料理教室など食に纏わる様々な仕事をしている。

【SNS】

Twitter : <https://twitter.com/linasuke0508>

facebook : <https://www.facebook.com/ka.lee.5680>

Instagram : <https://www.instagram.com/linasuke0508/>

## 河瀬さんおススメポイント！ コードレス 2WAY ブレンダー

コンパクトなサイズ感、コードレスで使用できるのがお気に入り。フードプロセッサーを使いたくてもキッチンが狭い、コンセントが遠いなどの「あるある」なお悩みを解決してくれます。少しだけ余った肉類をミンチにしたり、ドレッシングやソース類を作る時も重宝しています。



# RINA KAWASE

## Original Recipe



ブレンダーで作る  
もものラッシー



プロセッサーで作る  
野菜たっぷり  
ドライカレー



ブレンダーで作る  
自家製  
シーザードレッシング



プロセッサーで作る  
お子様大喜びの  
お魚ナゲット





ブレンダーで作る

## もものラッシー



### 材料 (2 人分)

- 桃 (缶詰でも可) . . . . . 1/2 個
- プレーンヨーグルト . . . . . 100g
- はちみつ (砂糖) . . . . . 大さじ 1
- レモン汁 . . . . . 大さじ 1
- 牛乳 . . . . . 100mL
- ミント . . . . . お好みで

### 作り方

1. 桃は皮を剥き、くし切りにする。
2. 全ての材料をブレンダーにいれ、攪拌する。

[レシピ TOP へ](#)





プロセッサーで作る

# 野菜たっぷりドライカレー



## 材料 (2人分)

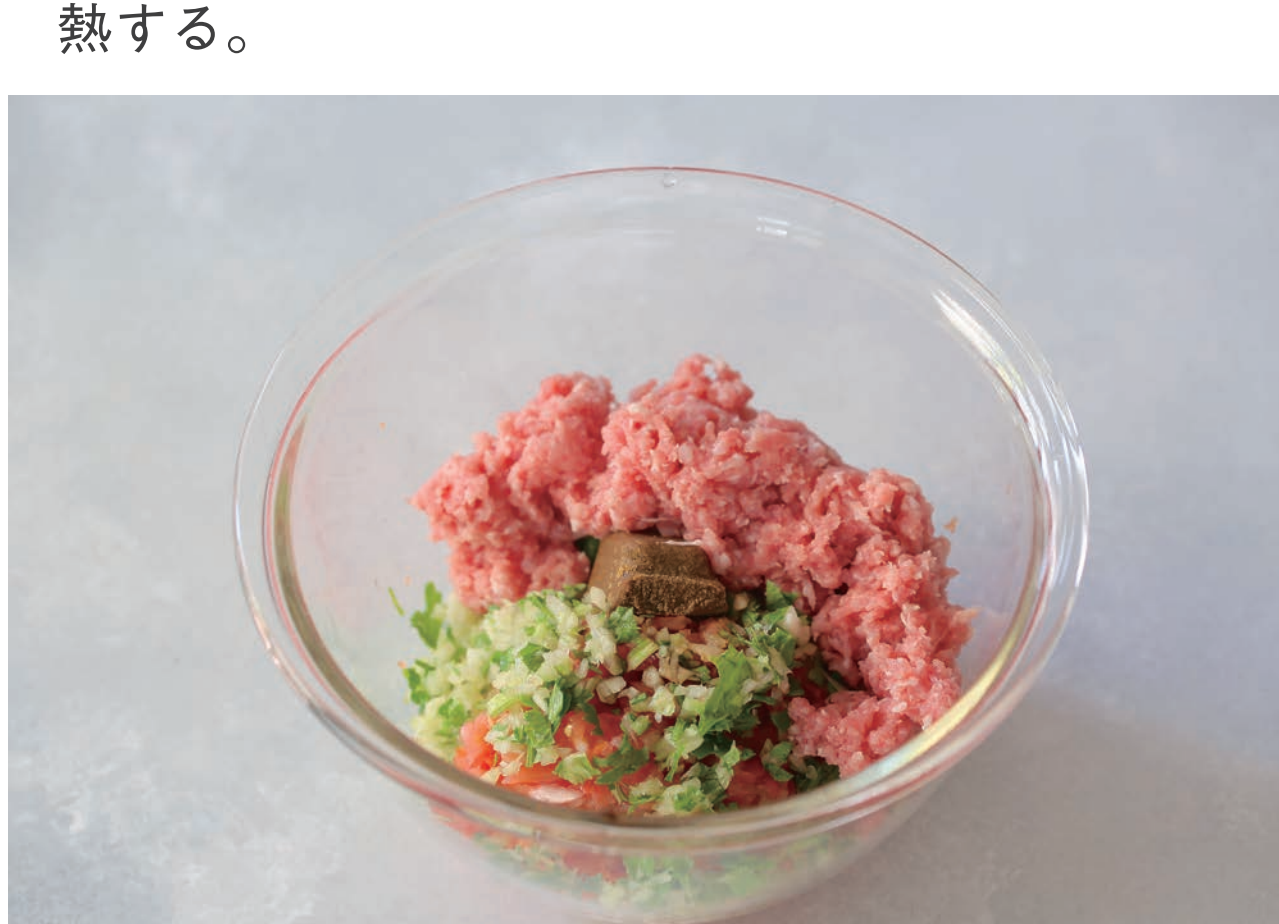
- 豚こま切れ肉・・・200g
- 玉ねぎ・・・1/2個
- セロリ・・・1/2本
- にんじん・・・1/2本
- トマト・・・1個
- カレールウ・・・1と1/2かけ
- 醤油・・・小さじ2
- バター・・・10g
- ゆで卵・・・お好みで
- ご飯・・・1膳

## 作り方

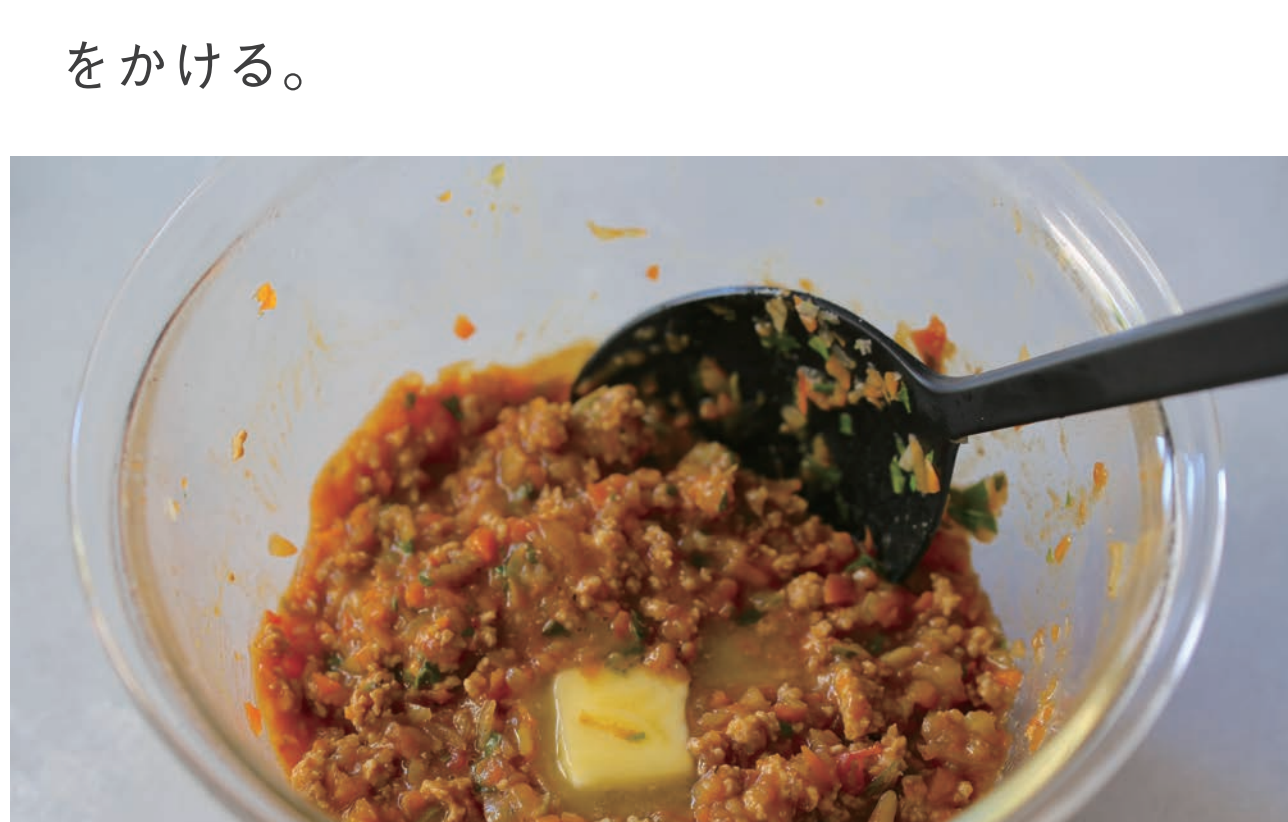
1. 玉ねぎ、セロリ、にんじん、トマトを3cmくらいのざく切りにする。



2. それぞれの野菜をフードプロセッサーに入れて攪拌し、粗みじん切りくらいの大きさにする。
3. 豚肉をフードプロセッサーにいれ攪拌し、ミンチ状にする。
4. 耐熱ボウルに2、3、カレールウ、醤油を入れフタまたはふんわりとラップをかけた後、600Wの電子レンジで5分加熱する。フタを外し、さらに2分加熱する。



5. 4にバターを混ぜ合わせたら、器にご飯を盛りルウをかける。



火を使わず  
電子レンジでできる  
カレーです。

レシピ TOP へ





ブレンダーで作る

# 自家製シーザードレッシング



## 材料 (作りやすい量)

- 牛乳・・・・・・・・・・・・・・・・大さじ 3
- マヨネーズ・・・・・・・・・・大さじ 6
- パルメザンチーズ・・・・・・・・大さじ 2
- レモン汁・・・・・・・・・・大さじ 1
- アンチョビ (みじん切り)・・3 枚
- ニンニク (すりおろし)・・2 かけ
- 塩コショウ・・・・・・・・・・少々

## 作り方

1. 全ての材料をブレンダーにいれ、攪拌する。

サラダにかけてもよし、  
蒸し鶏やカリッと焼いや豚肉  
など色々な料理に使うことが  
できますよ。

[レシピ TOP へ](#)





プロセッサーで作る

# お子様大喜びのお魚ナゲット



## 材料 (2人分)

揚げ油・・・適量

A

- 白身魚(真鱈を使用)・・・100g
- 豆腐・・・・・・・・・・・・30g
- マヨネーズ・・・・・・・・大さじ1
- 小麦粉・・・・・・・・・・・・大さじ2
- ニンニク(すりおろし)・・・1かけ
- コンソメ・・・・・・・・・・・・1/2個
- コショウ・・・・・・・・・・・・少々
- ケチャップ・レモン・・・・・・・・お好みで

## 作り方

1. 白身魚は皮をとり、3cm くらいの大きさに切る。



2. フードプロセッサーに、A を入れ、攪拌する。



3. フライパンに揚げ油を入れ、2 をスプーンで成型したら揚げ焼きにする。



4. 3の油を切り、ケチャップなどをそえる。

