



KANAGAWA

神奈川県  
畜産技術センター

2008年10月  
食育シリーズ 第5号

# づく ちょうせん バター作りに挑戦！！



バターっておいしいよね！！

でも バターはなにかからできているか  
どうやってできているか みんなは知ってる？

さっし  
この冊子では

いえ かんたん つく ほうほう せつめい  
家で簡単にバターを作る方法を説明します。

# よう い 用意するもの



## ひ なま ちい 冷やした生クリームと小さい ペットボトル (350ml など)

バターは牛乳の中にある細かな脂肪のつぶがくっついて大きくなったものです。だから牛乳から作るのが本当だけど、時間がかかるので、この冊子では、脂肪の量が多い生クリームを使って作ります。  
※植物性の生クリームではできませんので注意！  
※牛乳から作るときは「ノンホモ」と表示されたものでないといけません。



### ① ペットボトルの三分の一くらい まで生クリームを入れます。

※このときふつうの牛乳を少し加えると、できたバターがペットボトルにこびりつきにくくなります。

### ② そして元気に ふります！

※フタはきちっとしめてください。  
※温まらないようにタオルでくるむとよい。



シェイク！



入れる量はこのくらい

### ③ はじめはボトル全体にホイップ状 に広がりますが、あきらめずに、 もっとふろう！

### ④ 5分くらいすると白い液体と「かたまり」に わかれます。これが「バター」です！



かたまりができた！



低脂肪乳

バター

生クリームや牛乳を容器の中でふると脂肪のつぶがくっついて、だんだんと大きなかたまり＝バターになるのです。  
白い液体は「低脂肪乳」です。すてな  
いで、飲んだり、料理に使ってね。

クラッカーやパンにめっ

て食べてみましょう。

器に移すときにヘラで押すなどしてしぼると、よいかたいバターになります。なお、冷蔵庫に保存してなるべく早く食べましょう。  
※なお、このバターは、生クリームや牛乳にもともとふくまれている塩分しかありません。



いただきます！

なので...

お好みで塩を入れてください。

※少しずつ味をみながら！入れすぎに注意！

パセリなどのハーブをきざんでまぜてもおいしいよ。(右写真はパセリ入り)



バターづくり [3]



いただきます！

⑤なべでお湯をわかし、お湯の中に入れて、弱火で10~15分ほどゆでます。

中心の温度が75℃、1分間で雑菌がなくなります。

太さによってゆでる時間もかわります。

⑥ゆであがったらラップをはがしてできあがり！やけどに注意して！

ほかの香辛料やハーブを入れたり、コーン・にんじんなどの野菜をきざんで入れるなどの工夫で、いろいろな味が楽しめます。

ソーセージづくり [3]

大人の方へ

子供たちでも作れるメニューとして考えました。自分で作ると食べ物のできる仕組みがわかるだけでなく、食べ物への興味もわいてきます。火を使う事もありますので、是非お子さんと一緒に作ってあげてください。

# 用意するもの

豚のひき肉 (よ〜く冷やしておく)

塩 コショウ 氷 フィルムラップ たこ糸

調理器具 (ボウル、なべ、さいばし など)



しゃしん くら しょう  
※写真は黒コショウを使用



豚ひき肉	400g
塩	小さじ1
コショウ	小さじ1/2
くだいた氷	少々

①ボウルの中に材料を入れ、きれいに洗った手で、ねばりけが  
でるまでねります。

※氷は温度を上げないために入れます。冷たくてもがんばって!

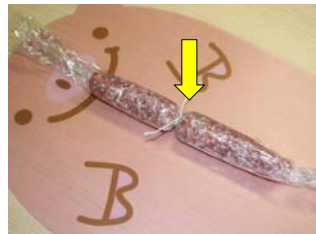
(量は好みですが、今回は10本ぶんを目安に、右上の表の分量にしました。)



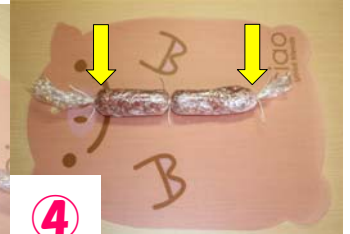
②



③



④



②①の1/5量を (2本分) 広げたラップに細長くのばします。

③ラップでぴったりつつみ、くるくると巻きます。

肉の中やラップと肉の間に、空気なるべく入らないように!

④たこ糸で、まんなかをギュッとしばります。次に中身がぱん  
ぱんになるように注意して、両はじもしばります。

※あくまでも例です。味付け、長さや太さは好みで調整してください。



KANAGAWA

神奈川県  
畜産技術センター

2008年10月  
食育シリーズ 第5号

# ソーセージづくりに挑戦！



みんな ソーセージは好き？

でも ソーセージがどうやってできているか

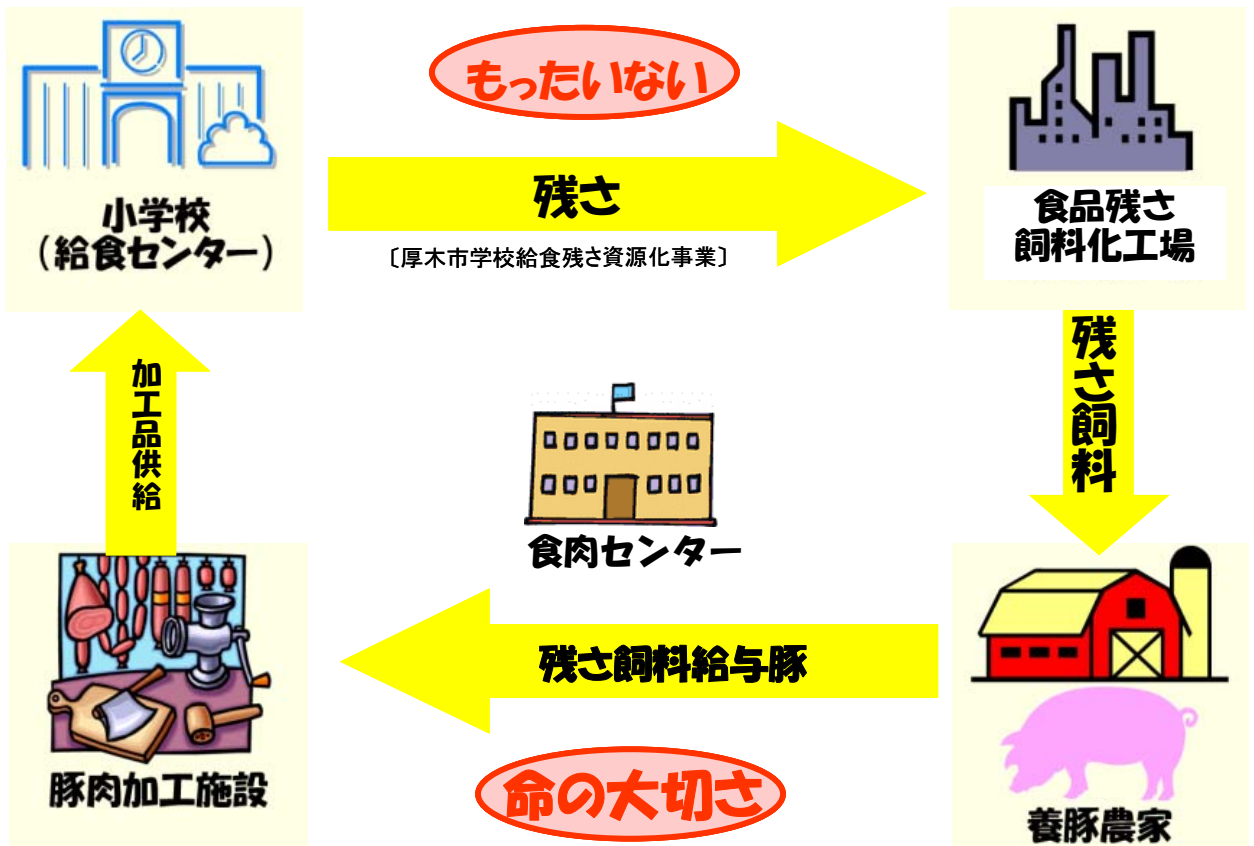
みんなは知ってる？

この冊子では

家で簡単にソーセージをつくる方法を説明します。

正確には ソーセージのようなもの デス

ところで、<sup>みな</sup>皆<sup>た</sup>さんが<sup>がっこうきゅうしょく</sup>学校給食で<sup>した</sup>食べたソーセージは、<sup>ず</sup>下の<sup>しくみ</sup>図の仕組みでできたものです。  
もう一度<sup>いちど</sup>思い出し<sup>おも</sup>て<sup>だ</sup>みてね。



くわしくは、<sup>ちくさんぎじゅつ</sup>畜産技術センターのホームページを<sup>み</sup>見てください  
<http://www.agri.pref.kanagawa.jp/chikusanken/index.asp>  
 バックナンバー(第1~4号)も、ここからダウンロードできます。