

報道関係各位

盛岡短期大学部生活科学科食物栄養学専攻

「紅茶と栄養食材でつくる」レシピの開発 ―キリンビバレッジ㈱との共同開発―

盛岡短期大学部食物栄養学専攻2年生4名（浅沼美由希ゼミ所属）が、キリンビバレッジ㈱の商品「キリン 午後の紅茶」を使った「紅茶と栄養食材を使った冬の献立レシピ」を開発しました。

本レシピは、「ふれ愛交差点1月号」に掲載され、CGCグループに加盟する県内スーパー各店舗で配布されています。学生たちは、キリンビバレッジによる紅茶セミナーで得た知識と、大学で学ぶ栄養学を活かし、健康とおいしさを両立したレシピを考案しました。

本取組は、産学連携による地域貢献の一環であり、今後も学生の学びを社会に還元してまいります。

ぜひ御取材の上、県立大学、キリンビバレッジ㈱の活動を広く地域の皆様に周知いただきますよう、お願いいたします。

記

- 1 レシピ掲載：「ふれ愛交差点1月号」
- 2 取扱場所：CGC グループ全国加盟企業のスーパー店頭
県内では、㈱ユニバース、㈱マイヤ、㈱ベルジョイス、㈱マルイチ、びはん㈱の各店舗
- 3 レシピ内容：テーマ「紅茶と栄養食材を使った冬の献立レシピ」
食物栄養学専攻2年 高田 耀莉
・紅茶のミルクグラタン（午後の紅茶おいしい無糖ミルクティーを使用）
食物栄養学専攻2年 三ヶ田 葵
・いわしの紅茶オレンジ煮（午後の紅茶レモンティーを使用）
食物栄養学専攻2年 八重樫 咲那
・紅茶でさっぱりフルーツサラダ（午後の紅茶おいしい無糖を使用）
食物栄養学専攻2年 山田 凜音
・しょうが香る紅茶プリン（午後の紅茶ミルクティーを使用）
- 4 対象者：CGC グループ全国加盟企業のスーパーを利用されるお客様
- 5 留意事項
・取材いただける場合は、本学・盛岡短期大学部棟を予定しております。
・店舗により、ふれ愛交差点の取り扱いがない場合もございます。

【問合せ先】岩手県立大学盛岡短期大学部 講師 浅沼 美由希

TEL：019-694-2900 / FAX：019-694-2901



栄養士を目指す私たちが考えました!

よろこびがつなぐ世界へ

紅茶と栄養食材でつくる

冬の献立レシピ

岩手県立大学盛岡短期大学部食物栄養学専攻「浅沼ゼミ」× キリンビバレッジ(株)

しょうがが香る 紅茶プリン



レシピ開発
山田さん



材料 (2個分)

- ・キリン 午後の紅茶 ミルクティー … 100ml
- ・生クリーム … 50ml
- ・砂糖 … 大さじ 1 と 1/2
- ・しょうがのしぼり汁 … 小さじ 1/2
- ・粉ゼラチン … 3g

作り方

- ① 鍋に「キリン 午後の紅茶 ミルクティー」と生クリーム、砂糖を入れて弱火で沸騰させないように加熱し、砂糖が完全に溶けたら火を止める。
- ② しょうがのしぼり汁を加えて混ぜ、粉ゼラチンを加えてさらに混ぜながら余熱でしっかり溶かす。
- ③ プリン型または耐熱ガラスに注いで粗熱をとり、冷蔵庫で1～1.5時間冷やして完成。

紅茶でさっぱり フルーツサラダ



レシピ開発
八重樫さん



材料 (2人分)

- ・キリン 午後の紅茶 おいしい無糖 … 大さじ 2
- ・ブロッコリー … 1/2 株
- ・水菜 … 1 束
- ・ミニトマト … 4 個
- ・グレープフルーツ … 1/4 個
- ・キウイフルーツ … 1/2 個
- ★100% グレープフルーツ ジュース … 大さじ 2
- ★酢 … 小さじ 2
- ★はちみつ … 小さじ 2
- ・オリーブ油 … 大さじ 2
- ・塩こしょう … 適量

作り方

- ① ブロッコリーは小房に分け、塩(分量外)を加えた熱湯でゆでる。水菜は3～4cm幅、ミニトマトは半分に切り、グレープフルーツとキウイフルーツはひと口大に切る。
- ② ボウルに「キリン 午後の紅茶 おいしい無糖」と★を入れて混ぜる。
- ③ 別のボウルにオリーブ油を入れ、②を少しずつ加えて泡立て器でよくかき混ぜ、塩こしょうで味をととのえてドレッシングを作る。
- ④ ③に①を加えてあえ、皿に盛り付けて完成。

※ハチミツを含む食品は1歳未満の乳児には与えないで下さい。

いわしの紅茶 オレンジ煮



レシピ開発
三ヶ田さん

※果汁0.1%



材料 (2人分)

- ・キリン 午後の紅茶 レモンティー … 大さじ 3
- ・いわし … 2 尾
- ・しょうが … 1 片
- ★100% オレンジジュース … 大さじ 2
- ★しょうゆ … 大さじ 1
- ★料理酒 … 大さじ 1/2

作り方

- ① いわしは手開きし水気をとる。しょうがは1/2片を太め、残りの1/2片を細めの干切りにする。
- ② フライパンに「キリン 午後の紅茶 レモンティー」、★、太めに切ったしょうがを入れひと煮立ちさせる。
- ③ ②にいわしを重ならないように並べて入れ、中火でさらにひと煮立ちさせる。
- ④ 弱火にし、落とし蓋をして20分加熱し、煮汁が半分になるまで煮詰める。
- ⑤ 皿に盛り付け、細めに切ったしょうがをのせて完成。

紅茶ミルク グラタン



レシピ開発
高田さん



材料 (2人分)

- ・キリン 午後の紅茶 おいしい無糖 ミルクティー … 200ml
- ・マカロニ … 40g
- ・たまねぎ … 1/2 個
- ・ベーコン … 60g
- ・まいたけ … 80g
- ・バター … 10g
- ・小麦粉 … 大さじ 4
- ・牛乳 … 200ml
- ・塩こしょう … 適量
- ・ピザ用チーズ … 60g
- ・パセリ … 適量

作り方

- ① マカロニは塩(分量外)を加えた熱湯でゆでる。
- ② たまねぎは薄切りにし、ベーコンは1cm幅の短冊切りにする。まいたけは食べやすい大きさにさく。
- ③ バターをひいたフライパンで②をしんなりするまで炒める。
- ④ 小麦粉を加えて粉っぽさがなくなるまで炒め、「キリン 午後の紅茶 おいしい無糖 ミルクティー」と牛乳を少量ずつ加えてとろみをつけ、塩こしょうで味をととのえる。
- ⑤ ①を加えて煮立たせ、器に盛り付けてピザ用チーズをのせ、180℃に予熱したオーブンで15分焼き、刻んだパセリをふって完成。



紅茶の世界を学ぶ

メニュー開発にあたり、私たち学生は紅茶の知識を深めるために、キリンビバレッジ(株) 午後の紅茶エキスパート笠浩暢さんから茶葉の秘密や午後の紅茶とのマリアージュについて教えていただきました。大学で学ぶ栄養学の知識とは少し異なり、紅茶の奥深さを肌で感じることができました。この午後の紅茶セミナーで得た学びを今回のメニューに活かしています。

◀午後の紅茶セミナーの様子 (2025年5月)

※店舗により一部お取扱いのない場合がございます。ご了承ください。

キリンビバレッジ株式会社 www.beverage.co.jp のんだあとはリサイクル。

