

今回のレシピで使用する米粉

Yahoo、アマゾン、楽天でも販売しています

共立 米の粉

- 米粉タルト
- カスタードに使用



パン用米粉ミズホチカラ

- 米粉ピザ
- 米粉パンに使用



今回のレシピには不向きです



重たく食感しっかりめのパンになりやすいです

その他の材料について

スーパー・100均で揃います

アーモンドプードル

- スーパー
- 100均

アーモンドパウダーでもOK

片栗粉

- スーパー
- 100均

バター

- 無塩バターです
- 加塩バターだとタルトの味がぐどくなります

サイリウム

- 楽天
- Yahoo
- アマゾン
- 製菓材料店のコッタや富澤商店
- たまにドラッグストアにあることも

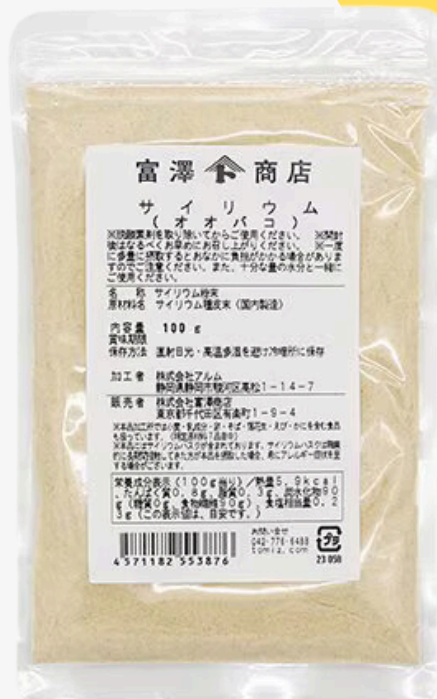
液体油

- オリーブオイル
- こめ油
- ごま油など
- お好みの油

さとう

- 甜菜糖
- グラニュー糖
- サトウキビなど粒状の砂糖

水分量が変わるので蜂蜜はレッスンで使いません



レッスンでは富澤商店のサイリウムを使用しますがオオバコダイエットでもOK