

番号（ ）氏名（ ）

乳製品を科学する！

## 1 生クリームで簡単バター作り

### ■材料

生クリーム 200ml（乳脂肪分の多いもの、45%以上）

味付け用…塩、はちみつ 少々

### □器具

ふたつきの広口ビン（または、ペットボトル） わりばし ガーゼ

### ■事前準備

材料やビンをよく冷やしておく。

### □方法

- ①ビンに生クリームを入れ、ふたをしてひたすら振る。
- ②しばらく振っていると、液体と固体に分かれる。
- ③ガーゼでろ過をして、バターとバターミルクに分ける。
- ④バターにお好みで味をつけて、できあがり。

※塩入りと塩なしで味比べをしてみよう。

※バターミルクも捨てずに味をみてみましょう。コーヒーや紅茶に入れてもおいしいよ。

### 【結果】

☆200mlの生クリームからできたバターは（ ）g

☆できたバターの様子を観察してみよう。

☆味見の感想は？

## 2 牛乳でカッテージチーズをつくる

### ■材料

牛乳 500ml      レモン汁（または酢）70ml  
クラッカー（試食用）

### □器具

鍋      温度計      ざる      ボール      さらしのふきん      菜箸

### ■方法

- ①牛乳を鍋に入れて加熱し、60℃くらいまで温める。
- ②①にレモン汁70mlを一気に入れ、菜箸で2～3回かき混ぜる。
- ③②を5分ほど放置する。
- ④透明な液と白い凝固物に分かれていることを確認して、ボールにざるをのせ、その上にさらしのふきんを敷き、その中に③をあけてこす。
- ⑤ふきんに残った固形物がカッテージチーズである。ふきんに包んだまま、流水でよく洗い、しぼり、ふきんから取り出す。
- ⑥クラッカーにのせて試食する。

カッテージチーズとは？

オランダ原産の軟質なフレッシュチーズ。白くもろい外観をしており、味は淡白で、わずかな酸味とさわやかな風味がある。

※残った水分は**乳清（ホエー）**といって栄養がたくさん含まれています。捨てないで、レモンや砂糖を加えたり。オレンジジュースをウ加えてドリンクを作ったりと料理に活用しましょう。

※ホエーを加熱して固めると、カッテージチーズによく似た「リコッタチーズ」になります。

リコッタという名前には、イタリア語で「**ri-cotta**（再加熱された）」という意味があるのです。

### 【結果】

☆500mlの牛乳からできたカッテージチーズは（                      ）g

☆感想は？

### 3 豆乳でカッテージチーズをつくる

#### ■材料

豆乳 500ml レモン汁 大さじ2

応用：甘くしたい場合 → はちみつ または メープルシロップ 大さじ2からお好みで  
塩 一つまみ

#### □器具

鍋 温度計 ざる ボール さらしのふきん 菜箸

#### ■方法

- ①豆乳を鍋に入れ、沸騰直前まで温める。
- ②①にレモン汁を入れて混ぜる。
- ③ざるにふきんを敷き②をそそぐ。
- ④水分を切って、好みの味付けにする。

#### 【結果】

☆500mlの豆乳からできたカッテージチーズは( ) g

☆感想は？

#### 豆乳ってなに？

大豆は古くから、日本人の食卓に欠かせない食材です。『畑のお肉』と呼ばれる大豆には私達にとって必要不可欠な成分がたくさん含まれています

豆乳は、ゆでた大豆をすりつぶして絞った時に出る液体のことです。

この時に出るかすが『おから』ですね。この豆乳に『にがり』を混ぜると『豆腐』になります。