



## 「こんにゃく芋」+「こんにゃくの素」で、こんにゃくを手作り。おうち料理で食のおいしさ再発見！



家で過ごす時間が長くなり、様々なおうち料理を楽しむ人が増えていきます。以前はなかなかできなかった時間がかかる料理も見直されています。そこで、こんにゃく芋と扶桑化学株式会社（本社：長野県上伊那郡辰野町 代表：小久保好章）より発売中の凝固剤「こんにゃくの素」を使って簡単に作れるこんにゃくのレシピを公開します。

### こんにゃく芋+「こんにゃくの素」で意外と簡単、手作りこんにゃく

作り方は意外と簡単。こんにゃく芋の皮をむき、細かく刻んでぬるま湯とともにミキサーですりつぶします。大鍋に入れ、よく混ぜながら煮ます。凝固剤「こんにゃくの素」をぬるま湯で溶かして加え、手早く混ぜます。型に入れて固めたあと、お湯で煮て、冷水であく抜きすれば完成。皮をむいた生芋 1kg から約 3.5~4kg の手作りこんにゃくができます。

### おうち料理で食のおいしさ再発見！ 食育にもお勧め

初心者でも簡単に、適度な歯ごたえがある生芋こんにゃくが作れます。手作りすることで身近な食材の成り立ちとおいしさを再発見できます。家庭での食育にもお勧めです。おでん、豚汁、炒め物などに。

### こんにゃくの作り方 >> クックパッド KOKUBO でレシピ公開中 <https://cookpad.com/recipe/6565416>

こんにゃく芋。手袋をして洗い、皮をむいた状態で 1kg 用意します。	細かく刻みます。ぬるま湯 3L とともにミキサーですりおろします。	ここでは 4 回にわけてミキサーにかけました。	鍋に入れて煮ます。木べらなどでよく混ぜます。焦げやすいので注意。	ぬるま湯 100~180cc に凝固剤「こんにゃくの素」25g を溶かします。
凝固剤「こんにゃくの素」を鍋に加えます。	手早くしっかり混ぜます。	水にぬらした容器に入れ、冷え固まるまで約 3~4 時間おきます。	適当な大きさに切り 30 分煮ます。浮き上がった後さらに 10 分煮ます。	冷水に入れあくを抜きます。約 3.5~4kg のこんにゃくが出来ます。

### 凝固剤「こんにゃくの素」 発売中



こんにゃくを固める凝固剤です。炭酸ナトリウムの白い粉末です。こんにゃく芋をすりおろしたものに混ぜて使用します。（これだけでは作れません）

#### ●「こんにゃくの素」

内容量：25g×5 包入 成分：炭酸ナトリウム（食品添加物）  
発売元：扶桑化学株式会社 発売中 日本製 MADE IN JAPAN

>> 【扶桑化学】「こんにゃくの素」 <https://fuso-chem.co.jp/goods/f-1128.html>  
>> 【Amazon】「こんにゃくの素」 <https://www.amazon.co.jp/dp/B01J34GYLC>



### ワンポイント

- ・こんにゃくの生芋は直接肌に触れるとかがゆくなります。手袋の着用をお勧めします。
- ・凝固剤はアルカリ性のため、アルミ製のお鍋を使用すると表面のアルマイトを侵食してしまいます。こんにゃくの味にも影響しますので、こんにゃく作りにはアルミ製以外のお鍋をご使用ください。
- ・生芋 1kg に対してぬるま湯の量を減らすと、こんにゃくの仕上がりが固くなります。
- ・玉こんにゃくを作る場合は、約 1.5-2L のぬるま湯（通常量の 1/2）でお作りください。

こんにゃくは、おでん、豚汁、炒め物など、様々なお料理でおいしくいただけます。

<お問い合わせ> ● 一般のお客様：扶桑化学(株) 本社 TEL.0266-41-5255(代表) 長野県上伊那郡辰野町大字伊那富 7362-20  
[ホームページ] <https://fuso-chem.co.jp> [広報サイト] <https://kokubopress.com>

● メディア関係者様：扶桑化学(株) 東京営業所 (広報/大田) TEL.03-5205-1811 メール: [press@kokubo.co.jp](mailto:press@kokubo.co.jp)  
東京都中央区日本橋 2-3-6 日土地日本橋ビル 8F ※メディア様向け取材、写真、サンプルのご提供を承ります。