



DIET

CATEGORY: ダイエット | 食べる

SHARE



2022.12.28

お正月や新年に！専門家が厳選。グルテンフリーで素材にこだわった逸品手みやげ3品

#アレルギー

#グルテンフリー

#腸内環境

#腸活



今年も残すところわずかとなりました。そろそろ、お正月や新年のごあいさつの手みやげの選び方に悩みを抱える人も多いのではないでしょうか？ 実家や親戚、お世話になった人へ年始のごあいさつに何う人も多いでしょう。選ぶ人のセンスが試される手みやげですが、今回はグルテンフリーであるうえ、素材にもこだわっている逸品手みやげをピックアップしました。これらを持っていけば、見た目も味も喜ばれること間違いなしです！



監修： **フォーブス 弥生（グルテンフリーライフ協会代表）**

一般社団法人グルテンフリーライフ協会代表理事。身内のグルテン過敏症をきっかけにグルテンフリーの探求と実践の道へ。長年にわたり培った知恵とノウハウをグルテンフリーの普及活動に生かすべく、2013年12月一般社団法人グルテンフリーライフ協会を設立。著書に、自身の経験と実践レシピをまとめた『2週間、小麦をやめてみませんか？』（三五館）。

家族や友人への手みやげにもおすすめ！体と心が喜ぶスイーツギフト3選



『栗のテリーヌ』

meet tree Café NAKATSUGAWA（ミートツリーカフェ 中津川）が手がける素材にこだわったぜいたくな逸品「栗のテリーヌ」。よつばバター、純生クリーム、きび砂糖、国産和栗、国産米粉など、こだわりの原料で仕立てたグルテンフリー（小麦粉不使用）のテリーヌです。

スイーツ＝罪悪感、そんな固定概念を覆す、心と体が喜ぶスイーツは、栗の香り、風味をしっかりと感じられる国産和栗と、国産和栗ペーストを、1本700g前後のテリーヌの中に400g以上配合した、半分以上が栗のスイーツです。テリーヌは専用の木箱に入っているので、高級感もあり手みやげにはおすすめの品です。和栗ペーストやバターがたっぷり使用されているため、口の中に入れたときのしっとりとした食感が特徴です。

【店舗概要】

meet tree Café NAKATSUGAWA（ミートツリーカフェ 中津川）



『米粉のバターサンド』

明治20年に大阪で創業し、現在は兵庫県西宮市を中心に展開している和菓子屋「高山堂」が手がけるバターサンド。サブレ生地は米粉と玄米粉、道明寺を使用しているこだわりの逸品。6種類ある味（ラムレーズン・無花果（イチジク）・抹茶カンス・大納言バター・きなこ黒豆・ほうじ茶マロン）は異なるテクスチャのバタークリームをはさんでおり、和菓子屋ならではの素材にこだわったバターサンドです。通常はサブレ生地に小麦粉を使用しているため、米粉や玄米粉を使用したバターサンドはめずらしい。

個人的におすすめの味は、ラムレーズンと無花果。1個ずつ個包装されたセンスのよいパッケージは、小分けもできるのでGoodです。

【店舗概要】

TAKAYAMADO AMATSUGI（高山堂 甘継）



『熟成バスクチーズケーキ』

北海道産のクリームチーズと生クリームをぜいたくに使用したバスクチーズケーキは、画期的な「二段熟成製法」で新食感。粉類を一切使用しておらず、熟成することでうま味が2倍、粘性が8倍になっているため、口の中に入れたときの濃厚でとろける食感は格別です。

スプーンを入れた途端にわかる絶妙なふわトロ食感と豊かな風味リッチな味わいは、手土産ギフトにも喜ばれる逸品。グルテンフリーであるうえに、今まで食べたチーズケーキの中でも熟成のうま味が感じられるバスクチーズケーキは、手土産として喜ばれること間違いなしです。

【店舗概要】

Be-3 株式会社ビースリー

この時期、ご家族や友人への手みやげとしても喜ばれるスイーツギフトではないでしょうか。もちろん、ご自身のご褒美スイーツとしてもどうぞ！

COLUMN

専門家監修の人気コラム読めます！



Naoko

骨盤矯正パーソナルトレーナー。
(株)ナオコボディワ...



鈴木 きよみ

足のひと®（足裏研究家） 鈴木きよみクリニックサ...



エダジュン

料理研究家。管理栄養士。Soup Stock To...

