

＼全自動食べるスープメーカー2で作れる！

Recipe Book

レシピ集



アーモンドミルク(温・常温)

アーモンドミルク

煮込み

ポタージュ

オーツ

ソイミルク



アーモンドミルク

材料

生アーモンド…80g 水…1.3L
(お好みで)塩/砂糖/バニラなど…適量

作り方🍴

- ① 流水でよく洗うか、30分ほど水につけ置きした生アーモンドをフィルターカップに入れ、本体にセットする。
- ② ポットに水を注ぎ、蓋をして電源を入れる。
- ③ アーモンドミルク(常温)ボタンまたはアーモンドミルク(温)ボタンを押す。

野菜たっぷりミネストローネ



煮込み

材料

ジャガイモ…半分

玉ねぎ…3/4個

ベーコン…200g

コンソメ…大さじ1

水…400ml

にんじん…2/3本

キャベツ…約3枚

トマト缶(カット)…1缶

ニンニクチューブ…3cm分

作り方🍴

- ① 野菜・ベーコンは2cm角程度にカットする。
- ② 材料を全てポット内に入れ、蓋をする。
- ③ 電源を入れ、煮込みボタンを押す。

アーモンドミルク

煮込み

ポタージュ

オーツ

ソイミルク

かぼちゃとコーンのチャウダー



アーモンドミルク

煮込み

ポタージュ

オーツ

ソイミルク

煮込み

材料

かぼちゃ…500g

水煮コーン…80g

牛乳…200ml

塩…5g

ベイリーフ…1枚

玉ねぎ…130g

水…300ml

顆粒コンソメ…5g

バター…5g

(お好みで)ブラックペッパー

作り方🍴

- ① かぼちゃは小さめのさいの目切り、玉ねぎはみじん切りにする。
- ② 材料を全てポット内に入れ、蓋をする。
- ③ 電源を入れ、ポタージュボタンを押す。

かぼちゃのポタージュ



ポタージュ

材料

冷凍かぼちゃ…600g

牛乳…400ml

水…300ml

玉ねぎ …1玉

コンソメ…大さじ1

バター …40g

作り方

- ① 半解凍した冷凍かぼちゃの皮を取り除く。
- ② 玉ねぎは皮を剥き、8等分程度に切る。
- ③ 材料を全てポット内に入れ、蓋をする。
- ④ 電源を入れ、ポタージュボタンを押す。

アーモンドミルク

煮込み

ポタージュ

オーツ

ソイミルク

ポテトとコーンのポタージュ



ポタージュ

材料

クリームコーン缶…1缶	水煮コーン…50g
じゃがいも…100~150g	玉ねぎ…100~130g
水…300ml	牛乳…400ml
固形コンソメ…1個	バター…5g
塩…5g	(お好みで)ブラックペッパー

作り方

- ① じゃがいもは小さめのさいの目切り、玉ねぎはみじん切りにする。
- ② 材料を全てポット内に入れ、蓋をする。
- ③ 電源を入れ、ポタージュボタンを押す。

アーモンドミルク

煮込み

ポタージュ

オーツ

ソイミルク

里芋のポタージュ



ポタージュ

材料

里芋…5個～6個

牛乳…600ml

塩麹…小さじ1

玉ねぎ…3/4玉

コンソメ…大さじ1弱

砂糖…小さじ2

作り方

- ① 里芋の皮を剥き、6等分程度に切る。
- ② 玉ねぎは粗みじん切り程度に細かく切る。
- ③ 材料を全てポット内に入れ、蓋をする。
- ④ 電源を入れ、ポタージュボタンを押す。

アーモンドミルク

煮込み

ポタージュ

オーツ

ソイミルク

オーツミルク



オーツ

材料

ロールドカットオーツ…80g 水…1.3L
(お好みで)塩/砂糖/バニラなど…適量

作り方🍴

- ① 流水でよく洗うか、30分ほど水につけ置きしたオーツをフィルターカップに入れ、本体にセットする。
- ② ポットに水を注ぎ、蓋をする。
- ③ 電源を入れ、オーツボタンを押す。

フィルターカップを使わず、ポットに全ての材料を入れて調理するとよりとろみのあるオーツミルクが出来上がります。

アーモンドミルク

煮込み

ポタージュ

オーツ

ソイミルク

ほっこり手作り豆乳



ソイミルク

材料

乾燥大豆…80g

水…1.3L

(お好みで)塩/砂糖/バニラなど…適量

作り方

- ① 流水でよく洗うか、30分ほど水につけ置きした大豆をフィルターカップに入れ、本体にセットする。
- ② ポットに水を注ぎ、蓋をする。
- ③ 電源を入れ、ソイミルクボタンを押す。

アーモンドミルク

煮込み

ポタージュ

オーツ

ソイミルク