

Tegral Low Carb

テグラル・ローカーボ



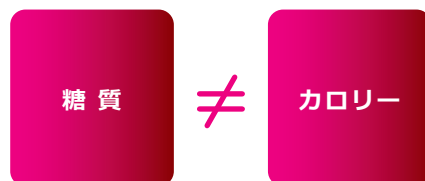
おいしい、 しかも低糖質

私達が目指したのは「おいしさ」と「低糖質」の両立です。
低糖質スイーツに必要な原材料を最適なバランスで配合し、
発酵種を使用することで風味が良く
おいしい「テグラル・ローカーボ」を完成させました。



「糖質」とは？

糖質とは砂糖、糖類などと混同されることもありますが、
炭水化物から食物繊維を除いたものを指します。
また「糖質が多い=カロリーが高い」と思いがちですが必ずしもそうではありません。
糖質制限は血糖値の改善だけではなく
メタボ改善、アンチエイジングなど色々な効果が近年、注目されています。



「低糖質スイーツ」のトレンド

「低糖質スイーツ」は糖質制限を受けている人だけのものではありません。
最近では健康意識の高い人からも注目され、
ダイエットの一手段として「糖質制限」を取り入れている人もいます。
「低カロリースイーツ」と違い、「低糖質スイーツ」は
クリーム、バター、卵などを比較的自由に使用することができます。
また、「くるみ」「アーモンド」なども糖質が低く、
低糖質スイーツに適した素材です。
また、カカオマスやココアパウダーは
チョコレート風味の低糖質スイーツに適しています。
こういった材料の制約が少ないことから
最近では「低糖質スイーツ」に取り組むパティシエの方や企業が増えています。



「低糖質スイーツ」の難しさ

低糖質スイーツでは糖質の多い「砂糖」「小麦粉」の一部、または全てを代替製品に置き換えるのが一般的です。
これらの素材には最終商品が「ふくらみにくい」「ぱさつく」など、作業性が難しい傾向があります。

低糖質スイーツの素材

- 砂糖、小麦粉の代替材料の選定が難しい
- 配合調整が難しい
- 代替品は低糖質スイーツ以外に使用する機会が少ない

解決

テグラル・ローカーボ Tegral Low Carb

低糖質スイーツに必要な素材を
最適なバランスで配合

卵、バター、クリームなどは低糖質スイーツでも比較的自由に使用可能

Pound Cake

低糖質 パウンドケーキ

配合 (型:8cm×22cm×H6cm:1本分)

無塩バター	200g
バニラビーンズ	0.5本
全卵	150g
卵黄	40g
アーモンドパウダー	55g
テグラル・ローカーボ	180g
ラム酒	20g

1. 全ての材料を室温に戻しておく
2. 無塩バターをなめらかな状態にし、白くなるまでピーターでホイップする (比重: 0.75)
3. 2にバニラビーンズ、全卵、卵黄を少しずつ生地が分離しないように加える
4. アーモンドパウダーを加える
5. テグラル・ローカーボを加える
6. パウンド型に生地を入れる
8cm×22cm×高さ6cm 型:600g
7. 上火175℃、下火170℃のオーブンで40～50分間焼成する (*ダンパーを閉じる)
8. 焼成後すぐにラム酒をアンピバージュする (1本あたり約20g)
※8cm×22cm×高さ6cmの型17カット

糖質 **4.5g***

(1カットあたり) *エリスリトールを除く

糖質 **69%オフ***

*非低糖質レシピでの糖質量と比較した場合



Pound Cake Chocolate

低糖質 パウンドケーキ・チョコレート

配合 (型:8cm×22cm×H6cm:1本分)

無塩バター	200g
バニラビーンズ	0.5本
ノール・アブソリュ・エボニー	35g
全卵	155g
卵黄	40g
アーモンドパウダー	55g
ココアパウダー	15g
テグラル・ローカーボ	180g
アルマニヤック	20g

1. 室温に戻した無塩バターをなめらかな状態にし、白くなるまでピーターでホイップする (比重:0.75)
2. 1にバニラビーンズを加える
3. 2に45℃に溶解したノール・アブソリュ・エボニーを加える
4. 3に全卵、卵黄を少しずつ加える
5. 4にアーモンドパウダーを加える
6. 5にココアパウダーとテグラル・ローカーボを軽く混ぜ、加える
7. 型に生地を分割する
8cm×22cm×H6cm 型:650g
8. 上火175℃、下火170℃のオーブンで40～50分間焼成する (*ダンパーを閉じる)
9. 焼成後すぐにアルマニヤックをアンピバージュする (1本あたり約20g)
※8cm×22cm×H6cmの型17カット

糖質 **4.8g***

(1カットあたり) *エリスリトールを除く



Sable Chocolat

低糖質 サブレ・ショコラ

低糖質 パート シュクレ・カカオ

無塩バター	150g
全卵	50g
アーモンドパウダー	75g
テグラル・ローカーボ	265g
ココアパウダー	30g

1. 室温に戻した無塩バターをピーターでなめらかな状態にする
2. 全卵を少しずつ加える
3. アーモンドパウダーを加える
4. 合わせた粉類を加え、生地を均一にする
5. 生地を休ませ、3mmの厚さにのぼす
6. Φ5cmの菊型で型抜きをする (1枚:8g)
7. 160℃のコンベクションオーブンで約9分間焼成する
※うち粉はふすま粉などを使用

糖質 **1.7g***

(1枚/8gあたり) *エリスリトールを除く



Tarte Chocolat

低糖質 タルト・ショコラ

低糖質 パート シュクレ・カカオ 低糖質 サブレ・ショコラ 参照

1. ~4. 低糖質 サブレ・ショコラ と同じ
5. 生地を休ませ、2.5~3mmの厚さにのばし、フォンサーージュする
6. 上下170℃のオーブンで約20分間空焼きする（*ダンパーを開く）
7. タルトの内側に卵黄を薄く塗り、乾燥焼きを2回する（Φ21cm:210g）
※うち粉はふすま粉などを使用

低糖質 タルト・ショコラ・アパレイユ

ノワール・アブソリュ・エボニー	200g
ピュア・ココアバター	80g
無塩バター	60g
生クリーム(42%)	300g
牛乳	130g
ラカントスイート(ウダー(サラヤ))	120g
スキムミルク	20g
卵黄	50g
全卵	190g

1. ノワール・アブソリュ・エボニーとピュア・ココアバターを溶解する
2. 室温に戻した無塩バターを加え、混ぜ合わせる
3. 生クリームと牛乳にラカントスイートパウダー、スキムミルクを加え、溶解しながら約50℃に温める
4. 卵黄と全卵に3を加え、あわせる
5. 2に4を加え、空気が入らないようにハンドミキサーでなめらかな状態にする
6. 空焼きしたタルトにアパレイユを流し込む
※表面の気泡をバーナーなどでなくす（Φ21cm:550g）
7. 上火160℃、下火135℃のオーブンで約25分間焼成する（*ダンパーを閉じる）

糖質 5.4g*

(1カットあたり) *エリスリトールを除く



仕上げ

泣かないココアパウダー	適量
金箔	適量

Galette Bretonne

低糖質 ガレット・ブルトンヌ

配合

無塩バター	300g
塩	3g
卵黄	60g
ラム酒	27g
アーモンドパウダー	150g
テグラル・ローカーボ	200g
*塗り卵	適量

1. 室温に戻した無塩バターを空気を入れないようにピーターでなめらかな状態にする
2. 1に塩、卵黄、ラム酒を分離しないように加える
3. アーモンドパウダーを加える
4. テグラル・ローカーボを加える
5. 冷蔵庫で一晩生地を休ませる
※うち粉はふすま粉などを使用
※Φ6cm×H1.5cmで型抜きする
※1個40g
6. 塗り卵をする(2回)
上火165℃、下火165℃のオーブンで50~60分間焼成する（*ダンパーを閉じる）

糖質 5.2g*

(1個/40gあたり) *エリスリトールを除く

糖質 72% オフ*

*非低糖質レシピでの糖質量と比較した場合



低糖質スイーツに向くチョコレート素材も取り揃えております。



ノワール・アブソリュ・エボニー

主な特徴

- 砂糖不使用
- コンチング済みのカカオマス



ココアパウダー

主な特徴

- きめが細かく香りが豊か、しっかりとした色調のココアパウダー



ピュア・ココア・バター

主な特徴

- 厳選されたカカオ豆から圧搾された純粋なココアバター。
- チップ状で計量しやすく、溶かしやすい。

Belcolade
THE REAL BELGIAN CHOCOLATE

Chiffon Cake

低糖質 シフォンケーキ

配合 (φ15cm、2台分)

グラニュー糖	18g
ラカントスイートパウダー(サラヤ)	12g
乾燥卵白	6g
卵白	215g
卵黄	145g
グラニュー糖	18g
ラカントスイートパウダー(サラヤ)	18g
熱湯	35g
サラダ油	78g
塩	1g
バニラビーンズ	1本
テグラル・ローカーボ	130g
アーモンドパウダー	36g

1. グラニュー糖、ラカントスイートパウダー、乾燥卵白をすりあわせる
卵白と1でタイミングよくメレンゲをたてる
2. 卵黄とグラニュー糖、ラカントスイートパウダーをホイッパーでリュバン状になるまでホイップする
3. 熱湯にサラダ油、塩、バニラビーンズを合わせ、3に加え、あわせる
4. 4と一緒にふるった粉類を加え、あわせる
5. 5と2のメレンゲをあわせ、型に生地を流し込む
※比重:0.3~0.35
※φ15cm:300g
※型に油はひかない
6. 7. 上火185℃、下火180℃のオーブンで約30分間焼成する
(ダンパーを閉じる→25分経過後に半分開く)
8. 焼成後、型のままひっくり返して粗熱をとる

低糖質クレーム・シャンティ

生クリーム(40%)	1,000g
ラカントスイートパウダー(サラヤ)	35g

1. 生クリームとラカントスイートパウダーを泡立てる
2. シフォンケーキにナッペする
※φ15cm:220g

糖質 5.8g*

(1カットあたり) *エリスリトールを除く



仕上げ

いちご	適量
ブルーベリー	適量
ブラックベリー	適量

1. φ15cmのシフォンケーキを1/8にカットする

Cheese Cake

低糖質 レアチーズケーキ

低糖質クランブル

無塩バター	80g
アーモンドパウダー	100g
テグラル・ローカーボ	200g

1. 全ての材料をすり合わせ、冷蔵庫で生地を休ませる
2. 生地を荒い網でこし、そぼろ状にする
上下170℃のオーブンで空焼きする
※ダンパーを開ける
※途中何回かクランブル状になるように全体をほくす

低糖質クレーム・チーズ・ムース (8cm×33cm×H4cm、2台分)

卵黄	100g
ラカントスイートパウダー(サラヤ)	20g
水	30g
板ゼラチン	16.5g
レモン汁	30g
クリームチーズ(kiri)	400g
ラカントスイートパウダー(サラヤ)	30g
レモン皮	1個分
生クリーム(42%)	505g

1. 卵黄とラカントスイートパウダーをすりあわせ、水を加え、アングレーズソースをつくる(※78℃まで)
2. 1を裏ごしし、ホイッパーでリュバン状になるまでホイップする(※パーターポンプ)
3. ふやかした板ゼラチンとレモン汁を温める
4. 別のボウルに室温に戻したクリームチーズとラカントスイートパウダー、すりおろしたレモンの皮をホイッパーでなめらかな状態にする
5. 4に3を加え、全体を均一にする
6. 5に2のパーターポンプを数回に分け、加えあわせる
7. ゆるめにホイップした生クリームとあわせる

低糖質クレーム・シャンティ

生クリーム(40%)	1,000g
ラカントスイートパウダー(サラヤ)	35g

1. 生クリームとラカントスイートパウダーを泡立てる

糖質 3.8g*

(1カットあたり) *エリスリトールを除く



仕上げ

クランブル	適量
-------	----

1. カードル1本につきクランブルを100g敷きつめる
2. 低糖質クレーム・チーズムースを側面、底にしぼり、パレットナイフで側面をきれいにする
3. カードルの上まで低糖質クレーム・チーズクリームをしぼり、510g/台になるように表面を平らにする
4. 冷凍庫で冷やし固める
5. 表面に低糖質クレーム・シャンティを25g/台になるように表面を平らにする
6. カードルを外し、3cm幅にカットする
7. 低糖質クランブルをデコレーションする

Q&A よくあるご質問

Question

低糖質焼菓子の販売を始めたいのですが
商品名に「低糖質」とうたうには法律上制約がありますか？

Answer

「低糖質」に明確な定義はありません。
一般社団法人食・楽・健康協会が1日あたりの間食の糖質を10g以下と
推奨していることから、低糖質スイーツではケーキ、マフィンなど
1個あたりの糖質を10g以内に抑えたものが市場では多くなっています。



Question

販売する最終商品の糖質量は、
どのように計算するのでしょうか？

Answer

七訂増補日本食品標準成分表を用い、炭水化物から食物繊維を差し引いて計算します。
七訂に記載がない原材料は原料規格書を用います。

Question

市場に出ている商品には○○%糖質オフの表示がありますが
法律上規制はありますか？

Answer

糖質オフをうたうには比較対象の商品が明らかである必要があります。
例えば通常販売しているパウンドケーキを基準にそのパウンドケーキの一部を
低糖質素材に置き換えたパウンドケーキでしたら○○%糖質オフの表記が可能です。

Question

低糖質スイーツに適した材料は
どんなものがありますか？

Answer

小麦粉の代替としては「大豆粉」「ふすま粉」があり、
砂糖の代替としては「エリスリトール」などがあります。
それぞれの材料には小麦粉、砂糖とは味や機能に違いがありますので
レシピを組み立てる際には工夫が必要です。



Tegral Low Carb テグラル・ローカーボ

主な特徴

- 低糖質焼菓子に必要な材料を
最適なバランスで配合
- 乳化剤不使用
- 発酵種使用による風味の向上

製品詳細

荷姿	6kg/箱(1kg×6袋)
保存方法	直射日光を避け、25℃以下、相対湿度65%以下にて保存。 開封後は要密閉。
賞味期限	製造日より9ヶ月
用途	パウンドケーキなどの焼菓子他、洋菓子の生地などに応用できる

f puratosyogashi



Instagram puratos_japan_patisserie



Puratos Japan Co., Ltd. 2-2-22 Jingumae, Shibuya-ku, Tokyo 150-0001 Japan

ピュラトスジャパン株式会社 〒150-0001 東京都渋谷区神宮前2丁目2番22号

Tel: 03-5410-2322 Fax: 03-5410-2321 service_japan@puratos.com

www.puratos.co.jp


puratos
Food Innovation for Good