

YOGURTia

チーズ酵素

取扱説明書



- このたびはタニカ電器のチーズ酵素をお買い上げいただき、誠にありがとうございました。
- チーズ酵素を正しくお使いいただくため、お使いになる前に必ずこの取扱説明書をよくお読みください。また、お読みになった後は大切に保管してください。

調理道具について（基本アイテム）

スムーズに作業を進めるため、あらかじめ調理道具を準備しておきましょう。

● おすすめのヨーグルトメーカー（発酵器）

※発酵器は35～65℃に温度調節ができるものをご使用ください。



ヨーグルティアS

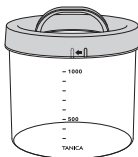


ヨーグルティア

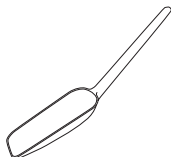


KAMOSICO

● 内容器



● スプーン



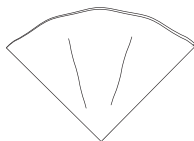
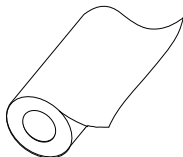
● 温度計



● 20cm程度の メッシュザル・ボウル



● キッチンペーパー or ペーパーフィルター



ザル使用上のご注意

- ・ できるだけ目の細かいメッシュ状のザルをご使用ください。
- ・ パンチングザル（穴の形状が丸いもの）は、水分の排出がしづらいためご利用いただけません。

調理道具について（モッツアレラチーズ）

モッツアレラチーズ作りに必要なアイテムです。

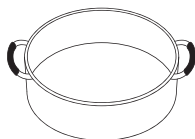
● ゴム手袋



● 軍手



● 30cm 程度の鍋



ゴム手袋使用上のご注意

- ・ ゴム手袋は、約 75℃のお湯で直接食品に触れる調理作業にて使用します。食品衛生法適合かつ耐熱温度 75℃以上のゴム手袋をご使用ください。
- ・ 熱に弱い素材のゴム手袋（塩化ビニル・ポリエチレン等）はご利用いただけません。ニトリルや天然ゴム製のゴム手袋がおすすめです。
- ・ 必ず軍手の上にゴム手袋をして、やけどに注意してご使用ください。
- ・ アレルギー反応などにより、体質によっては、かゆみ・かぶれ・発疹等を起こすことがあります。異常を感じたら使用を中止し、医師に相談してください。

作り方動画に関するお知らせ

- 各チーズの作り方を動画で紹介しています。詳しくはこちらをご覧ください。

こちらを
check

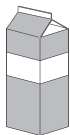


ビストロタニカ

検 索

材料について

種菌のヨーグルトは新鮮なものを、牛乳や生クリームは未開封の新鮮なものをご使用ください。



● 低温殺菌牛乳について

種類別名称が「牛乳」と記載のある、殺菌温度 75℃以下のものをご使用ください。

高温殺菌牛乳はご使用いただけません。



● ヨーグルトについて

原材料に寒天やゼラチン、野菜や果物などが含まれていないプレーンタイプのものをご使用ください。

砂糖が含まれているヨーグルトもご使用いただけます。

※ケフィアやカスピ海ヨーグルトなど、発酵温度が低いヨーグルトはご利用いただけません。

※粉末種菌は乳酸菌が活動するのに時間がかかるためご利用いただけません。



● 生クリームについて (⇒P8クリームチーズのみ)

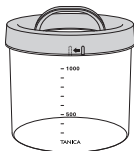
クリームチーズに使用する生クリームは、脂肪分 35%以上のものをご使用ください。

別売品

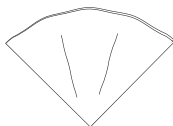
チーズ作りがあると便利なアイテム一覧です。

タニカ電器公式オンラインストア「すばる屋」にてご購入いただけます。

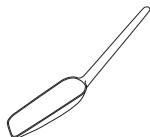
● 内容器



● ペーパーフィルター (50枚)



● スプーン



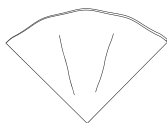
● チーズ酵素スターターセット



ゴム手袋 (1双)



軍手 (1双)



ペーパーフィルター (5枚)

● 各種トッピング



ドライフルーツ



コンフィチュール

商品に関するお問い合わせ



0120-849-610

午前9:00～午後5:00
(土日・祝日を除く)

タニカ電器公式オンラインストア

すばる屋

S U B A R U Y A

〒507-0027

岐阜県多治見市上野町5丁目5番地

● FAX : 0572-22-7999

● E-mail : info@subaruya.com

● <https://subaruya.com>



1. フロマージュ・ブランの作り方

日持ち 冷蔵庫で3～4日 **難易度** ★☆☆ **所要時間** 5～6時間

出来上がり量 250g前後

用意するもの

- ヨーグルトメーカー(発酵器)
- 低温殺菌牛乳 1000ml ※殺菌温度75℃以下の牛乳
- ヨーグルト 35g
- チーズ酵素 1包
- 塩 ※お好み
- メッシュザルとボウル ※直径20cm程度
- キッチンペーパーまたはペーパーフィルター
- 温度計

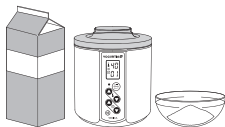
1 消毒をする

内容器・内ふた・スプーンを電子レンジまたは熱湯で消毒します。

※消毒方法は、発酵器の取扱説明書をご参照ください。

2 材料を準備する

分量の牛乳を電子レンジか鍋で温めます。
温度計を使って35℃～38℃にします。



電子レンジ	消毒した内容器に牛乳を入れ内ふたをのせて温めます。※目安:500Wで4分程度
鍋	鍋に牛乳を入れて温め、消毒した内容器に移します。

※ 温めすぎた場合は、冷ましてから次の工程に進んでください。

3 乳酸発酵

2にヨーグルト35gを加えよく混ぜます。

内容器のふたをしめ発酵器に入れ、温度を35℃、タイマーを1時間にセットし、発酵させます。





4 チーズ酵素を入れる

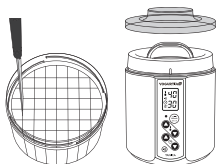


3にチーズ酵素を加え、均一になるように混ぜます。

内容器のふたをしめ発酵器に入れ、温度を40℃、タイマーを30分にセットし、発酵させます。

※ ヨーグルティア、KAMOSICO で作る場合は、お手持ちのタイマーで計測してください。

5 カッティングをする



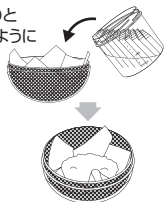
4が豆腐くらいに固まったら、チーズの素「カード」の完成です。

カードから水分を出すため、包丁で1cm幅の格子状に切れ目を入れます。

内容器のふたをしめ発酵器に入れ、温度を40℃、タイマーを30分にセットし、再び発酵させます。

6 水分を切る

ゆっくりと
滑らすように



ボウルにキッチンペーパー（またはペーパーフィルター）を広げたザルをのせ、5のカードをゆっくり移します。

乾燥しないようにラップをし、冷蔵庫で3～4時間ほど水分を切ってください。

※ カードから出た水分がザルの底に浸からないよう、途中で水分を別容器に移してください。
水分はリコッタチーズ（➡ P16）や料理にご活用ください。

7 完成・保存

水分が切れたらお好みで塩を加え、冷蔵庫で保存してください。

2. クリームチーズの作り方

日持ち 冷蔵庫で3～4日 **難易度** ★☆☆ **所要時間** 5～6時間

出来上がり量 400g前後

用意するもの

- ヨーグルトメーカー(発酵器) ■ 生クリーム 200ml ※脂肪分35%以上
- 低温殺菌牛乳 800ml ※殺菌温度75℃以下の牛乳 ■ ヨーグルト 35g
- チーズ酵素 1包 ■ 塩 ※お好み ■ メッシュザルとボウル ※直径20cm程度
- キッチンペーパーまたはペーパーフィルター ■ 温度計

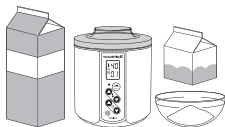
1 消毒をする

内容器・内ふた・スプーンを電子レンジまたは熱湯で消毒します。

※消毒方法は、発酵器の取扱説明書をご参照ください。

2 材料を準備する

分量の牛乳と生クリームを混ぜて、電子レンジか鍋で温めます。温度計を使って 35℃～38℃にします。



電子レンジ	消毒した内容器に牛乳と生クリームを入れ内ふたをのせて温めます。 ※目安:500Wで4分程度
鍋	鍋に牛乳と生クリームを入れて温め、消毒した内容器に移します。

※ 温めすぎた場合は、冷ましてから次の工程に進んでください。

3 乳酸発酵



2 にヨーグルト35gを加えよく混ぜます。

内容器のふたをしめ発酵器に入れ、温度を35℃、タイマーを1時間にセットし、発酵させます。



さわやかな酸味と
なめらかな食感のフレッシュチーズ

4 チーズ酵素を入れる

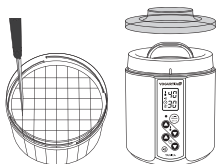


3にチーズ酵素を加え、均一になるように混ぜます。

内容器のふたをしめ発酵器に入れ、温度を40℃、タイマーを30分にセットし、発酵させます。

※ ヨーグルティア、KAMOSICO で作る場合は、お手持ちのタイマーで計測してください。

5 カットिंगをする



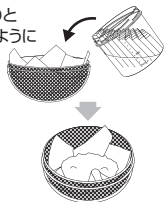
4が豆腐くらいに固まったら、チーズの素「カード」の完成です。

カードから水分を出すため、包丁で1cm幅の格子状に切れ目を入れます。

内容器のふたをしめ発酵器に入れ、温度を40℃、タイマーを30分にセットし、再び発酵させます。

6 水分を切る

ゆっくりと
滑らすように



ボウルにキッチンペーパー（またはペーパーフィルター）を広げたザルをのせ、5のカードをゆっくり移します。

乾燥しないようにラップをし、冷蔵庫で3～4時間ほど水分を切ってください。

※ カードから出た水分がザルの底に浸からないよう、途中で水分を別容器に移してください。
水分はリコッタチーズ（➡ P16）や料理にご活用ください。

7 完成・保存

水分が切れたらお好みで塩を加え、冷蔵庫で保存してください。

3.モッツアレラチーズの作り方

日持ち 冷蔵庫で1～2日 **難易度** ★★ ★ **所要時間** 4～4.5時間

出来上がり量 170g前後

用意するもの

- ヨーグルトメーカー(発酵器)
- 低温殺菌牛乳 1000ml ※殺菌温度75℃以下の牛乳
- ヨーグルト 35g
- チーズ酵素 1包
- 塩 25g
- メッシュザルとボウル ※直径20cm程度
- ゴム手袋
- 軍手
- 温度計
- 鍋 ※直径30cm程度

もちもちでなめらかなモッツアレラチーズを作るポイント!

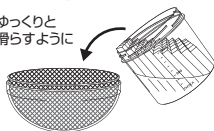
分量、温度、発酵時間のばらつきは、チーズがまとまらない要因となります。
3つのポイントを押さえて、おいしいチーズを作りましょう!

- ①分量を正確に量る …… ヨーグルトや排出する水分は正確に量りましょう。
- ②時間と温度を守る …… 設定時間を超えないようにし、手順2、9、12、13では温度計を使用しましょう。
- ③成形は手早くテンポよく … 分かりやすい動画で手順を確認しましょう。(➡P3)

1
5 フロマージュ・ブランの作り方1～5の手順に沿ってお作り下さい。
(➡P6)

6 ザルに移す

ゆっくりと
滑らすように



ボウルの上にザルをセットし、5のカードをできるだけ崩さないよう、ゆっくりと滑らすようにザルの上に移します。



フレッシュな酸味と
弾力のあるフレッシュチーズ

7 水分を切る

6のザルを①～④の順にゆっくり動かし、カードから水分を排出します。水分量が750～800mlになるまで①～④の順に繰り返します。

※水分は捨てずに内容器や計量カップなどで計量してください。

ザルをぐるぐる回したり小刻みに動かすと、カードが崩れ水分が排出しづらくなります。ザルをゆっくり動かし、カードをオムレツのように包み込むのが理想です。

① 真上に持ち上げ
1分固定



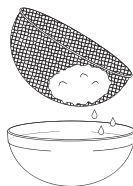
② 左に傾けて
1分固定



③ 中央に戻して
1分固定



④ 右に傾けて
1分固定



水分量が750～800mlになるまで①～④の順に繰り返します。

※カードから出た水分はリコッタチーズ(➡P16)や料理にご活用ください。

※カードが崩れて水っぽくなってしまった場合は、手順8には進まず、フロマージュ・ブランとしてお召し上がりください。(➡P6)

8 発酵させる



7のカードをできるだけ崩さないよう内容器に戻します。

内容器のふたをしめ発酵器に入れ、温度を40℃、タイマーを1時間にセットし発酵させます。

3.モッツアレラチーズの作り方

9

⚠やけどに注意!! 成形前の準備をする

- 内容器または別のボウルに水 500ml と塩 25gを入れ、塩水を作ります。
- 軍手の上からゴム手袋をはめます。
- 温度計を使い、70℃～75℃のお湯を鍋に半分ほど入れます。

10

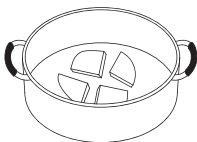
⚠やけどに注意!! 成形する①

お湯に入れる時間が長いと、カードがやわらかくなり過ぎ崩れてしまうことがあります。あらかじめ手順を確認し、手際よく成形しましょう。

8のカードを包丁で4等分に切ります。

切ったカードをすべてお湯に入れ③④の順に行います。

③ お湯に入れて
20秒後に取り出す



④ 5回程度握る



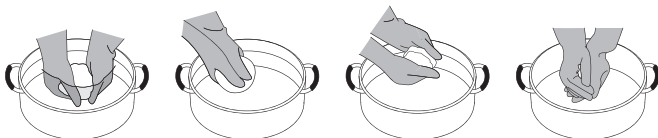
※お湯につけた時にカードが溶けてしまうようなら、すぐにお湯から取り出し、水分を切ってそのままお召し上がりください。

11

⚠やけどに注意!! 成形する②

10のカードをなめらかにするため、③～④の順に5回程度繰り返します。

- ① お湯に入れ
すぐ取り出す ② 両親指の付け根
で押し出すよう
に広げる ③ 半分にたたむ ④ 丸く握る



①～④を 5 回程度繰り返す

①～④を 5 回程度繰り返した後に、カードの両端を引っ張り、伸びたら手順 13 へ進んでください。(手順 12 は省略します)

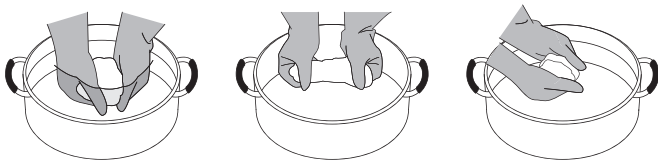
⚠ やけどに注意!! 成形する③

温度計でお湯の温度を確認し、再度70℃～75℃にします。

11のカードを更になめらかにするため、①～③の順に5回程度繰り返します。

※はじめは伸びずにちぎれますが繰り返すと次第に伸びるようになります。

- ① お湯に入れすぐ取り出す ② 両端をゆっくり引っ張る ③ 半分にたたむ



①～③を 5 回程度繰り返す

3.モッツアレラチーズの作り方

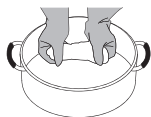
13 ⚠ やけどに注意!! 成形する④

温度計でお湯の温度を確認し、再度70℃～75℃にします。

カードを仕上げます。12(または11)のカードを③④の順に3回程度繰り返します。カードが伸びなくなったら、お湯に入れて(★)やわらかくして、再び③④を続けます。

※繰り返すとつやが出て、さらに伸びるようになります。

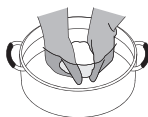
③ 引っ張る



④ 半分にたたむ



★ お湯に入れる



③～④を3回程度繰り返す

伸びなくなったら

14 塩水につける

13のカードをお好みの大きさにちぎり、塩水に20分入れます。



15 完成・保存

14のカードを取り出し、キッチンペーパーで水分をふき取ります。
個別にラップで包み、冷蔵庫で保存してください。



コツさえつかめば、もちもちでなめらかなチーズが作れるようになります。
あきらめずにチャレンジして、チーズ作りの達人を目指しましょう!

Q&A (モッツアレラチーズ編)

Q チーズ酵素を入れても固まりません。(手順5)

A 包丁で切った線が残っていれば、手順6に進んでください。
包丁で切った線が残らないもしくは液状の場合は、チーズ作りに適さない牛乳の可能性があります。ご使用の牛乳の殺菌温度をご確認ください。

Q 水分を切るときに、カードがザルを通過してしまいました。(手順7)

A 一度崩れたカードは、ほとんどの場合元に戻りません。その場合は次の工程には進まず、水分を切ってフロマージュ・ブラン(➡P6)としてお召し上がりください。ザルに移すときは、ゆっくり移すようにしましょう。

Q 成形時にカードが溶けてしまいました。(手順10～13)

A 牛乳を温めた時の温度が高い、種菌のヨーグルトの量が多い、発酵時間が長いなどの要因で、酸性度(pH 値)が下がりすぎるとカードが溶けることがあります。また成形時のお湯の温度が高くても溶ける場合があります。温度や材料はきちんと量り、設定時間を守りましょう。

Q 出来上がりが固い、ボソボソしている。(手順10～13)

A カードを強く握りすぎると、水分が抜けすぎて固くボソボソになることがあります。また成形時のお湯の温度が低くても、熱が伝わらずなめらかにならない場合があります。温度計を使用し適温を維持しましょう。

EX.リコッタチーズの作り方

日持ち 冷蔵庫で3～4日 **難易度** ★☆☆ **所要時間** 4～5時間

出来上がり量 170g前後

用意するもの

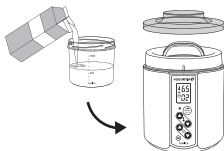
- ヨーグルトメーカー(発酵器)
- 成分無調整牛乳 500ml
- 水分(ホエイ) 500ml
- レモン汁 大さじ2
- 塩 ※お好み
- メッシュザルとボウル ※直径20cm程度
- キッチンペーパーまたはペーパーフィルター

1 消毒をする

内容器・内ふた・スプーンを電子レンジまたは熱湯で消毒します。

※消毒方法は、発酵器の取扱説明書をご参照ください。

2 発酵させる



内容器に牛乳と水分(ホエイ)を入れてよく混ぜます。

内容器のふたをしめ発酵器に入れ、温度を65℃、タイマーを2時間にセットし、発酵させます。

3 レモン汁を加える



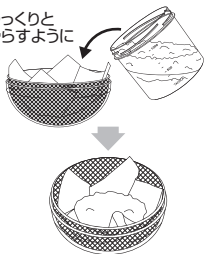
2にレモン汁大さじ2を加えよく混ぜます。

内容器のふたをしめ発酵器に入れ、温度を65℃、タイマーを1時間にセットし、再び発酵させます。



4 水分を切る

ゆっくりと
滑らすように



ボウルにキッチンペーパー（またはペーパーフィルター）を広げたザルをのせ、3 をゆっくり移します。

乾燥しないようにラップをし、冷蔵庫で1～2時間ほど水分を切ってください。

※ カードから出た水分がザルの底に浸からないよう、途中で別の容器移してください。

5 完成・保存

水分が切れたらお好みで塩を加え、冷蔵庫で保存してください。

Q&A

Q 高温殺菌牛乳でも作れますか？

A 高温殺菌牛乳は、牛乳を固めるためのカルシウムイオンが低温殺菌牛乳より不足しているため、お作りいただけません。種類別名称が「牛乳」と記載のある低温殺菌牛乳をご使用ください。

Q 種菌のヨーグルトによって味は変わりますか？

A 種菌のヨーグルトにより乳酸菌の種類が異なるため、チーズの味や風味が変わります。お好みのヨーグルトと低温殺菌牛乳で、オリジナルチーズをお作りいただくことができます。

Q 水分（ホエイ）はどれくらい日持ちしますか？

A 冷蔵庫で保存し、3～4日を目安にご使用ください。

Q チーズ酵素を入れても固まりません（手順5）

A 包丁で切った跡が残っていれば、手順6に進んでください。
包丁で切った跡が残らないもしくは液状の場合は、チーズ作りに適さない牛乳の可能性があります。ご使用の牛乳の殺菌温度をご確認ください。

Q 豆乳でも作れますか。

A 豆乳にはチーズを固めるための「カゼイン」というたんぱく質が含まれていないため、チーズ酵素を加えても固まりません。種類別名称が「牛乳」と記載のある低温殺菌牛乳をご使用ください。

Q 作業を中断し、また再開することはできますか。

A 中断している間にも発酵が進むため、上手くできない可能性があります。特にモッツアレラチーズは、発酵時間が出来上がりに大きく左右されますので、時間に余裕を持ってお作りください。

Q 出来たチーズが苦いのですが…

A チーズの苦味のもと、酵素や乳酸菌の種類によって生成される成分です。苦味となってチーズに残ることがありますが、お召し上がりいただいても問題ありません。

Q フレッシュチーズを熟成させて、セミハードチーズやハードチーズを作ることとはできますか。

A チーズの熟成には、温度と湿度の管理が重要になります。ご家庭では温度と湿度の管理が難しく、チーズにカビが生えやすいため、おすすめできません。

タニカ電器ブログのお知らせ

- タニカ電器オフィシャルブログでは、発酵食の魅力やレシピをご紹介します!定期的に発酵食に関する新しい情報を発信しています。

タニカ電器ブログ

検索

こちらを
check



名 称	凝乳酵素
原材料名	脱脂粉乳(国産) / 酵素
内 容 量	10g(2g×5包)
賞味期限	
保存方法	冷暗所にて保存
販 売 者	タニカ電器販売株式会社 岐阜県多治見市上野町5丁目5番地

製 造 者 ニチャク株式会社 富士山工場
静岡県富士宮市北山4839-28

- 開封後は1包すべてお使いください
- 対応機種:ヨーグルティア (YM-1200)、KAMOSICO(KS-12)
ヨーグルティアS(YS-01)

栄養成分表示 1包(2g)当たり			
熱量	7.6kcal	炭水化物	1.6g
たんぱく質	0.3g	食塩相当量	0.005g
脂質	0.01g		

※サンプル品分析による推定値

商品に関するお問い合わせ



0120-849-610

午前9:00～午後5:00
(土日・祝日を除く)

タニカ電器公式オンラインストア

すばる屋

S U B A R U Y A

〒507-0027

岐阜県多治見市上野町5丁目5番地

- FAX : 0572-22-7999
- E-mail : info@subaruya.com
- <https://subaruya.com>

