

## ドバイチョコレートのアレンジレシピと作り方（ピーファン使用）



🕒 調理時間：60分 🍳 調理法：フライパン 🔥 カロリー：885kcal 🧂 塩分：0.7g

海外で大流行中のドバイチョコレート！なかなか手に入りにくく、高価格・・・スーパーで売っている材料で、1つ500円以下で作れちゃうお手頃レシピをご紹介します  
中身のカダイフはピーファンを、ピスタチオクリームはピーナッツバターを使って簡単代用ザクザク食感と濃厚な風味にハマっちゃいます！

### 【ドバイチョコレートとは・・・】

ドバイのチョコレートブランドが販売する、ピスタチオクリームとカダイフ（小麦粉から作られる中東の極細麺）が入った板チョコです。

韓国のASMR動画でサクサク食感がバズり、日本でもSNSを中心に話題沸騰中です。  
入手困難で、2025年トレンドグルメとしてZ世代を中心にいま注目を浴びています。

### 使用商品

## お米100% ピーファン [150g]

豊かな水と土で丹精込めてつくられた良質な硬質米を吟味し、お米だけでつくったお米100%ピーファンです。お米100%だからできるお米の芳醇な香りとコシのある食感が特徴のお米の魅力が詰まったピーファンです。



## 材料 1枚

お米100%ピーファン：10～20g  
ミルクチョコレート：100g  
ピーナッツバター：50g

## 作り方

- (1)  
今回使用する材料です。
- (2)  
【ピーファンカダイフ】（半分ずつ分けてつくる）  
ピーファンを短く折り、火のついていないフライパンに薄く広げて入れる。  
ふたをしてフライパンに火をつける。【中火】  
パチパチ音がなり始めたら、フライパンをゆする。  
全てパフ化していたら、取り出す。
- (3)  
チョコレートは湯煎で溶かす。  
ピーナッツバターとピーファンカダイフを混ぜる。  
（ピーナッツバターが硬い場合は湯煎で柔らかくする）
- (4)  
型に1/2量のチョコレートを手で薄く広げて入れる。  
冷蔵庫で15分冷やす。（1回目）
- (5)  
混ぜ合わせたピーナッツバターを手で薄く広げて入れる。
- (6)  
残りのチョコレートを手で流しこみ、広げる。  
冷蔵庫で20分以上冷やす。（2回目）
- (7)  
食べやすい大きさにカットする。