



からだに優しい手作りおやつ



山椒風味のシフォンケーキ

《材料》 16cm シフォン型 1台分

卵	3コ	
砂糖	60g	
サラダ油	30g	
お湯	50g	
白みそ	30g	
@	粉山椒	小さじ1/2
	けしの実	10g
	薄力粉	50g
	強力粉	10g
	ベーキングパウダー	小さじ1



《準備》

- (1) @を合わせてふるっておきます。
- (2) 卵は卵黄と卵白に分け、それぞれボウルに入れます。

《作り方》

- ① 卵黄をほぐし、砂糖の1/3量を加え、ハンドミキサーで白っぽくなるまで泡立てます。
- ② サラダ油を少しずつ加え混ぜ、お湯、白みそを順に加えます。もったりするまでしっかりと泡立てます。
- ③ 卵白をほぐし、ツノが立つまでハンドミキサーで泡立てます。残りの砂糖を少しずつ加え混ぜ、しっかりとしたメレンゲを作ります。
- ④ ②に@をふるい入れ、泡立て棒でていねいに混ぜます。
- ⑤ ③のメレンゲの1/3量を加え、泡をつぶさないように泡立て棒で混ぜます。混ざれば、残りのメレンゲを一度に加え、ゴムベラでていねいに混ぜ合わせます。
- ⑥ 型に流し、170℃に温めたオーブンで25～30分焼きます。
- ⑦ 焼きあがれば、逆さにして冷まします。冷めれば、型から取り出して切り分けます。

* 型は油を塗らずに使用しましょう。油を塗ると、生地がすべて下に落ち、焼き上がりがしぼんでしまいます。

