

女性部が教えます!

米粉でつくろう かんたん レシピ集

(蕨岡支部)



ココアシフォンケーキ

■材料 (直径20cmのシフォン型1個分)

米粉	120g
砂糖	120g
卵 (卵黄と卵白に分ける)	5個
サラダ油	50cc
牛乳	150cc
ココア	30g
塩	ひとつまみ

■作り方

- ①卵黄に塩ひとつまみと分量の半分の砂糖を入れ、全体がもったりとするまで泡立て器で混ぜます。
- ②牛乳を温め、ココアを溶かします。
- ③①にサラダ油を加えてなじませます。②を加えてから米粉を入れて混ぜます。
- ④卵白に残りの砂糖を2回に分けて入れ、しっかりと泡立てます(ボウルを逆さにしても落ちてこない程度の硬さに)。
- ⑤③に泡立てた卵白を3回に分けて加えます。底に卵白が沈まないように、ムラなく切るように混ぜます。
- ⑥型に生地を一気に流し込み、空気が抜けるように底を10回くらい打ちつけます。
- ⑦170℃に温めたオーブンで40～45分焼きます。竹串に生地がついてこなかったら、型を逆さまにしてビール瓶などに挿して冷まします。完全に冷めてから型はずします。

レシピのバックナンバーは当JAホームページでご覧いただけます。