

女性部が教えます!

米粉でつくろう かんたん レシピ集

(本楯支部)



ニンジンの卵白ロールケーキ

■材料 (1本分)

米粉	70g
卵白	卵6個分
すりおろしたニンジン	30g
グラニュー糖	80g
サラダ油	20cc
ベーキングパウダー	4g
ヨーグルト	大さじ1
生クリーム	100cc
バニラエッセンス	少々

■作り方

- ①すりおろしたニンジンとヨーグルトを混ぜ合わせます。
- ②卵白にグラニュー糖60gを少しずつ加え、角が立つまで泡立てます。
- ③②にサラダ油と①を加えます。
- ④③に米粉とベーキングパウダーを加え、サクリと混ぜます。
- ⑤180℃で5分焼きます。
- ⑥生クリームにグラニュー糖20gを少しずつ混ぜ、角が立つまで泡立て、バニラエッセンスを加えてクリームを作ります。
- ⑦焼きあがった生地を冷まし、⑥をのせ端から巻けば完成です。

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。