

あま〜いニンジン紅かおりを使った

ごろっとニンジン米粉シフォンケーキ

<< 小さな子供も大満足！ニンジン独特の香りが気にならない一品 >>



----- 材料 (17cm 紙型 1 個分) -----

あま〜いニンジン紅かおり	1 本 (約 100g)
牛乳	20ml
鶏卵	2 個
米粉	50 g
米油	20 g
砂糖	170 g



※POINT

ニンジンが水分を含んでいると焼いた際に穴がでやすいので、砂糖につけることで水分を除く。

----- 作り方 -----

- ① あま〜いニンジン 1 本をジップロックに入れ電子レンジ 600W で 2 分加熱後、5 分蒸らす。
- ② 冷めたら 1.5cm サイズにダイスカットとしてタッパーに入れ、ニンジンと同じ重量の砂糖(約 100 g)を加え 3 時間程漬け込む。
- ③ 卵黄と卵白をそれぞれ別のボウルに分ける。
- ④ 卵黄のボウルは、卵黄をホイッパーでほぐし米粉を 10 g と砂糖 30 g を加えて混ぜる。米油を 10 g ずつ 2 回に分けて入れて混ぜ、乳化させる。牛乳を加えて混ぜ、次に残りの米粉 40 g を加え、混ぜる。
- ⑤ 卵白のボウルは、卵白を一度かき混ぜてコシを切り、砂糖を 40 g 入れて泡立て、メレンゲになってきたらさらに 40 g を加え、つまようじが立つくらいまで立てる。
- ⑥ メレンゲの 1/3 を④の卵黄が入ったボウルに入れ、なじんだら残りのメレンゲを加えて混ぜる。
- ⑦ ⑥を型に流し込み、②をシロップ状になっている砂糖を落としてから上に乗せ、170℃に余熱したオーブンで 40 ~45 分焼く。
- ⑧ 焼きあがったらピンなどに逆さまにして冷やす。