

# パンケーキ



## ★アレルギー表示

卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに
あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイ	牛肉	くるみ
さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	松茸
もも	山芋	りんご	ゼラチン	ごま	カシューナッツ	

## 1人分

エネルギー	285.7	kcal	たんぱく質	8.1	g
脂質	10.2	g	炭水化物	39.3	g
食塩相当量	0.27	g	原価		円

～材料～ セルクル型3枚分

・卵黄	40g	・
・グラニュー糖A	40g	・
・生クリーム	40g	・
・牛乳	40g	・
・薄力粉	60g	・
・卵白	75g	・
・グラニュー糖B	30g	・

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	コンビ	0%	15分	150℃

## 作り方

- 1 卵黄とグラニュー糖Aをボウルに入れ、すりませる
- 2 牛乳と生クリームをあらかじめ合わせておき、少量ずつ1に加えてよく混ぜる
- 3 薄力粉をふるって2回に分けて2に加え、混ぜる
- 4 卵白とグラニュー糖Bでメレンゲを作る
- 5 合わせた3に4を3回に分けて混ぜる
- 6 ホテルパン2枚とシリコン型に油(分量外)を塗り、5の生地を流し込む
- 8 【設定1】で加熱し、焼きあがったら型を外す

ホシザキ東海株式会社 コンサル室

## \*ポイント

- ・上からホテルパンで挟むと上に焼き色がつきます！
- ・メレンゲを混ぜる際、泡をつぶさないよう優しく混ぜると口当たりが良くなります

