

ケーキサレ (米粉)



★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		kcal	たんぱく質		g
脂質		g	炭水化物		g
食塩相当量		g	原価		円

～18cmパウンド型1台分～

・ 玉ねぎ(1cm角切り)	100g	・ 塩	2g
・ ミニトマト(セミドライ) ^{※1}	10～15個分	・ 無調整豆乳	60g
・ 冷凍枝豆(豆のみ)	100g	・ 砂糖	20g
・ 粉チーズ	15g	・ オリーブオイル	30g
・ 米粉	100g	・ バター(型に塗る用)	適量
・ ベーキングパウダー	4g	・ ベーコン(5mm幅にカット)	50g
・ 卵	2個		

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	コンビ	40%	10分	200℃
2	ホットエアー	-	30分	170℃

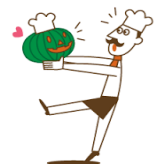
作り方

- 1 ホテルパン(65mm)に玉ねぎ、枝豆を入れてオリーブオイル(分量外)を入れてまぶし、スチコン【設定1】で加熱する。途中で取り出しかき混ぜ均等に加熱できるようにする。
- 2 1.の加熱終了後、熱いうちに粉チーズをまぶす。
- 3 米粉とベーキングパウダーを合わせてふるいにかける
- 4 ボウルに卵、塩、豆乳、砂糖、オリーブオイルを入れてよく混ぜ合わせ、3.の粉を3回に分けて入れ混ぜ合わせる
- 5 4.に2.の野菜とセミドライトマト、ベーコンを入れて軽く混ぜ合わせ10分程生地を休ませる
- 6 パウンド型にバターを塗り、5.を流し込み、型をトントンと調理台に落とし空気を抜く
- 7 スチコンを【設定2】に予熱し、ホテルパン(20mm)に6.をのせ、庫内に入れて加熱する
- 8 加熱終了後、庫内から取り出し粗熱を取りカットする

ホシザキ東海株式会社 コンサル室

*ポイント

パウンド型を複数1段にのせて焼く場合は、庫内ファンに対して垂直になるように並べて下さい。平行に並べるとファン側のパウンド型で熱風を遮ってしまうので、隣のものがかうまく焼けません。



※1セミドライトマトの作り方

- ①ミニトマトを半分にカットし、ホテルパン(20mm)に並べる
- ②スチコン庫内に入れ、【コンビ0%110℃・30分】加熱する