

おやさいブラウニー



合計加熱時間: 30分



★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(2/3ホテルパンを25等分にした場合)

エネルギー	95.6	kcal	たんぱく質	1.5	g
脂質	3.9	g	炭水化物	14.4	g
鉄分	0.5	g	カルシウム	25.8	g
食塩相当量	0.05	g	原価	20.2	円

～材料～ 2/3ホテルパン1枚分

・絹ごし豆腐	225g	A米粉(製菓用)	180g
・上白糖	200g	A純ココア	35g
・米油	75g	Aベーキングパウダー	6g
・調製豆乳A	60g	・小松菜(ざく切り)	150g
・調製豆乳B	80g		

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	スチーム	—	5分	100°C
2	コンビ	40%	15分	170°C
3	コンビ	0%	10分	170°C

※1/1ホテルパンタイプは【設定2】を20分、【設定3】を20分に設定する

作り方

- 1 小松菜を電解水でよく洗い、水道水ですすぐ→5cm幅のざく切りにして穴あきホテルパンに乗せ、スチコン【設定1】で加熱する
- 2 加熱終了後、水ですすいで水気を絞り、ブラストチラーで冷却する
- 3 小松菜と豆乳Aをミキサーに入れ、小松菜が細かく(粒状)になるまで攪拌する
- 4 ボウルに水気を切った絹ごし豆腐を入れ、泡だて器で混ぜてなめらかにする
- 5 4のボウルに上白糖、米油、豆乳B、3の順に加え、泡だて器で都度しっかり混ぜる(豆腐の塊がなくなるようにする)
- 6 5に粉類を加え、ゴムベラで粉っぽさが無くなるまで混ぜる
- 7 20mmホテルパンにクッキングシートを敷き、生地を流し込んで表面を平らにならす
- 8 スチコン【設定2・3】で焼成する
- 9 加熱終了後、網に乗せて常温で10分粗熱を取り、その後ブラストチラーで冷却する

ホシザキ東海株式会社 コンサル係

●スチコンを使用しない場合●

- ・オーブンの場合→スチコンと同じ温度で焼成してください(機械によって温度・時間の調整が必要)
- ・オーブンがない場合は→アルミカップに小分けして蒸し器で20分蒸すと蒸しパン風になります

*ポイント

- ・油、豆乳を混ぜる時は分離しないようにしっかり混ぜる

