



8月行事食

8月17日 管理栄養士メニュー

《 紅茶のシフォンケーキ 》

ふわふわのシフォンケーキをつくりました♪



《 材料 》 18cm型 1個分

たまご	4個
砂糖	70g
薄力粉	70g
紅茶	2袋
お湯	50cc
サラダ油	30g

《 トッピング 》
ホイップクリーム
いちごジャム
抹茶パウダー



《 作り方 》

- ① 紅茶は茶葉ごと容器にあけて、お湯を加えて煮だし、冷ましておく
- ② たまごを卵黄と卵白にわけてボウルにいれる
- ③ 卵黄に砂糖半量を加えて、ハンドミキサーで白っぽくなるまでよく混ぜる
- ④ サラダ油を少しずつ加えて、さらに混ぜる
- ⑤ 泡立て器に持ち替えて、紅茶を加えて混ぜ合わせる
さらに、薄力粉をふるい入れて、ダマがなくなるまで混ぜあわせる
- ⑥ 卵白に残りの砂糖を3回にわけて入れながら ハンドミキサーでしっかり泡立て、メレンゲをつくる
- ⑦ メレンゲ1/3程度を⑤に入れて、泡だて器で混ぜたら、メレンゲ2/3のボウルに入れ、ゴムベラで切るように混ぜ合わせる
- ⑧ シフォン型に流し入れ、170℃に余熱したオーブンで40分焼く
- ⑨ 焼きあがったら、型を逆さにし、ペットボトルなどにはめて、よく冷ます