

【応募者番号】 ya-021

【応募者氏名】 井上 玲子

【県名】 山形 【作品名】 野菜入りシフォンケーキ

【作品についてのコメント】

- ・ 誰にでも(JA女性部高齢層)、簡単に米粉を使用して美味しく作って食べることを基本に考え、材料は近所でも手に入るものを使用しています。

【画像】



【材料及び分量(6人前)】

- | | |
|------------|----------|
| (1) 米粉 | 60g |
| (2) もろいへや粉 | 5g |
| (3) 卵黄 | 3個(Lサイズ) |
| (4) 卵白 | 4個(Lサイズ) |
| (5) 牛乳 | 70cc |
| (6) 砂糖 | 40g |
| (6) サラダ油 | 30cc |

【作り方(調理時間)】

50分程度

- (1) 卵白と卵黄に分け、卵白に砂糖20g入れ角が立つまで泡立てる。
- (2) 卵黄に砂糖20gを2回に分け入れ白っぽくなるまでかき混ぜる。
- (3) (2)に牛乳とサラダ油を入れよくかき混ぜそこに米粉ともろいへや粉を入れよくかき混ぜる。
- (4) (3)に卵白を3回に分けて入れ、型に流し込み180℃のオーブンで40分焼く。