

✿ 米粉チーズスフレ ✿

😊材料（スポンジ型 15cm 1台）

クリームチーズ	125g
米粉	6g
牛乳	60g
砂糖	10g+20g
卵(L)	1個
バター(無塩)	10g
レモン(果汁)	大1
サラダオイル	少量



資料提供：森田美美さん(石川県)

😊作り方

- ① レモンは、果汁を搾っておく。型に薄くサラダオイルを塗っておく。
- ② クリームチーズは室温に戻し、卵黄と卵白に分けておく。
- ③ ボールに卵黄を入れ、砂糖10gと米粉を加え、よくすり混ぜる。
- ④ 牛乳を加え、火(弱火)にかけクリーム状にする。
- ⑤ 火からおろし、チーズとバター、①のレモンを加える。
- ⑥ 卵白と砂糖20gをしっかり泡立て⑤にさっと混ぜ型に流し入れる。
- ⑦ オーブン180℃、湯煎で50分焼く。