

手作り スイーツ

tezukuri sweets



乳製品がダメな方も、
この豆乳ホイップなら
大丈夫です!

材料 【17cm シフォン型 1 個分】

- | | | |
|---|--------------------|-------|
| A | 米粉(薄力タイプ)..... | 180g |
| | コーンスターチ | 20g |
| | ベーキングパウダー | 10g |
| B | ココアパウダー | 35g |
| | サラダ油 | 60g |
| | 熱湯 | 150cc |
| | 豆乳(*大豆固形分12%以上のもの) | |
| | | 250g |
| C | てんさい糖 | 80g |
| | 塩 | ひとつまみ |
| | りんご酢 | 20cc |
| | バニラオイル | 少々 |

卵・乳製品・小麦粉を使わない ココアシフォン

アレルギー対策スイーツ第2弾!!ケーキの3大主原料である、「卵・乳製品・小麦粉」を全く使わないのに、おいしさはそのまま。米粉を使うので、モチリとした食感が味わえます。今年のクリスマスケーキはこれで決まり♪

- 1** Aをボウルに入れ、まんべんなく混ぜ合わせます。



- 2** Bをボウルに入れ、ココアパウダーが溶けるまでしっかり混ぜ合わせます。



- 3** 豆乳を耐熱ボウルに入れ電子レンジ700Wで2分。Cの残りをボウルに入れます。



- 4** ホイッパーを使って角が立つまで良く泡立てます。

Point

ここでしっかりと泡立てないと膨らみが悪くなります。卵白よりも泡立ちにくいので根気よく!!

- 5** ①のボウルに②と④で泡立てたものの1/3を入れ、ムラなく手早く混ぜ合わせます。



- 6** ⑤に④の残り2/3とバニラオイルをいれ、手早くさっくりと混ぜ合わせます。



- 7** ⑥をケーキ型に入れ、テーブルに2・3回トントンと軽く落とし、粗い気泡を抜きます。



- 8** 180℃に予熱したオーブンで40分焼きます。

- 9** 熱いうちに逆さにして、このまま冷まします。しっかり冷めたら型からはずし、豆乳ホイップや季節のフルーツを添えてお召し上がりください。

Point

逆さにして冷ますことで生地
の縮みを防ぎ
ます。ジャムの
空き瓶を使うと便利です。



③で使う豆乳について

大豆固形分12%以上の豆乳を使って下さい。それ以下の豆乳ではうまく泡立ちません。一般のスーパーでは手に入りにくいですが、ネットで購入できます。



今回使用したのは大塚チルド食品の「スゴイダイズ北海道」

