

協力会員・両方会員のつといを 開催いたしました



令和4年12月14日(水)に、リフ/ス・クッキングスタジオにて協力会員・両方会員のつといを開催しました。

講師に、橋本いく子先生をお招きし「幼児期の食事について考える～簡単・おいしいおやつ作り～」と題し、**ふわふわシフォンケーキ**と**クレームブリュレ**を作りました。

今回作ったレシピをご紹介します。

簡単に作れましたので、皆さんも是非挑戦してみてくださいね(´ω`)/



参加者の皆さまお忙しい中、お越しいただきありがとうございました。
今回参加出来なかった方も次回是非お越しください(´ω`)/





シフォンケーキ



材料

15cm 2ケ

薄力粉	140g
B.パウダー	3.5g
卵黄	5ケ
砂糖	60g
サラダ油	90g
水	90g
コアントロー	20g
卵白	7ケ
砂糖	80g
塩	少々
バニラオイル	少々

～ アレンジ用 ～

★抹茶シフォンケーキ★

抹茶 大1強

★オレンジシフォンケーキ★

水の代わりにオレンジの絞り汁 90g

オレンジの皮 1ケを細かく刻む

作り方

- ① 卵白に塩を加えメレンゲを立て、砂糖を少しずつ加え、しっかりしたメレンゲを立てる。
- ② 卵黄に砂糖を加え、白っぽくなるまで混ぜ、バニラオイルを加える。
- ③ ②の中にサラダ油、水、コアントローを加える。
- ④ ③に①の1/3を加える。
- ⑤ 次に粉類の半分を加える。そして、メレンゲ残りの半分を加える。
- ⑥ そして、残りの粉類を加え、最後にメレンゲを加える。
- ⑦ 型に流し入れ、180℃で30分焼成。
- ⑧ 焼成後、型を逆さまにして、冷ます。



クレーム・ブリュレ



材料 ココット型 6個

卵黄	3個
砂糖	35g
生クリーム	200cc
牛乳	100cc
バニラ	少々
キリシュ	少々
グラニュー糖	

作り方

- ①ボールに卵黄を入れほぐし、砂糖を加え、白っぽくなるまですり混ぜる。
- ②湯煎した生クリーム・牛乳・バニラを加えよく混ぜる。
- ③ココット型に流し入れアルミで蓋をして20分蒸す。
- ④これをしっかり冷ます。
- ⑤グラニュー糖をまんべんなくふりかけ焼き色をつける。

