



IH
カンテンレシ
Taste of SEASON

小さくてもケーキ一つでクリスマス気分！
食べきりサイズのケーキで調理時間や材料の無駄を
減らしましょう。

ミニカップのクリスマスツリーケーキ

必要時間

🕒 25分



栄養成分表（1個分）

エネルギー	脂 質	食物繊維	たんぱく質	炭水化物	食塩相当量
216 kcal	13.1g	0.5g	2.6g	21.6g	0.2g

作り方を動画で
check



材料（4個分）

苺 4粒

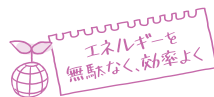
生地
卵 1個
グラニュー糖 30g
小麦粉（薄力粉） 35g
ベーキングパウダー 少々
溶かしバター 10g
バニラオイル 少々

ホイップクリーム
生クリーム 100ml
粉糖 大さじ1

シロップ 適量

マフィン型紙 4枚

抹茶
アラザン
トッピングシュガー
クリスマス飾り



SDGs POINT 01



IHグリルは温度上昇が早く、予熱の時間も短縮できて、一人分の小さなケーキにすることで焼き時間も短くなります。

作り方

- ① 卵は卵白と卵黄に分けておきます。
- ② 卵白をボウルに入れて泡立て、グラニュー糖を加えます。角が立つまで泡立てれば卵黄を加えて再び泡立てます。
- ③ ②に小麦粉とベーキングパウダーを振るい入れて、ゴムベラで切るように混ぜ合わせます。
- ④ 粉っぽさがなくなれば、バニラオイル、溶かしバターを加えて手早く混ぜて、型紙を敷いたカップに等分に入れます。
- ⑤ グリルを180℃に設定して3分加熱し予熱します。 **SDGs POINT 01**
- ⑥ グリルに④を並べて160℃に設定して15分焼き上げ、型から出してシロップを塗って冷ましておきます。 **IH POINT 01**
- ⑦ 生クリームに粉糖を加えて泡立てておきます。
- ⑧ ⑥に⑦を少し絞って苺のをせ、クリームを絞って、抹茶、アラザンやトッピングシュガーで飾ります。



IH POINT 01



IHのグリルは温度管理も出来てオーブンとしても使えます。