

QUEEN'S RECIPE from Instagram



ブロッコリーのシフォンケーキ

材料 (17cm型1台分)

ブロッコリー ……約1/2個分 (茹でて水気を切ったもの100g)	ホイップクリーム …… お好みで
牛乳 ……50ml	ミント …… お好みで
オリーブオイル ……40g	「卵白 …… 4個分
薄力粉 …… 80g	A「砂糖 …… 40g
	「卵黄 …… 4個分
	B「砂糖 …… 20g

作り方 (調理時間:約20分) ※焼成時間は除く

- 1 ブロッコリーを茹でて水気を切り、ミキサーに入れ、牛乳を50ml加えてなめらかになるまで攪拌する。計量カップに移し、150mlになるように牛乳(分量外)を加えて調整する。
- 2 ボウルに【B】を入れ、白っぽくなるまで混ぜてオリーブオイル、①、ふるった薄力粉を順に加え、なめらかになるまで混ぜ合わせる。
- 3 別のボウルに【A】の卵白を入れ、ハンドミキサーで大きな泡が立つまで泡立てる。砂糖を2～3回に分けて加え、ツノが立つまで泡立ててメレンゲを作る。
- 4 ②に③の半量を加えてよく混ぜる。さらに残りの半量を加え、ゴムベラで切るようにさっくり混ぜ合わせる。
- 5 型に流し入れ、160℃のオーブンで40分焼く。途中で表面が焦げそうな場合は、アルミホイルをかぶせる。
- 6 焼き上がったら型から外してお好みの大きさにカットする。器に盛り、ホイップクリームとミントを添える。

野菜が主役! やさしい甘さの
グリーンシフォンケーキ!

〈レシピ使用商品〉

ISETAN MITSUKOSHI THE FOOD

・特選北海道牛乳

・エクストラ・バージン・オリーブオイル

・群馬の白たまご

