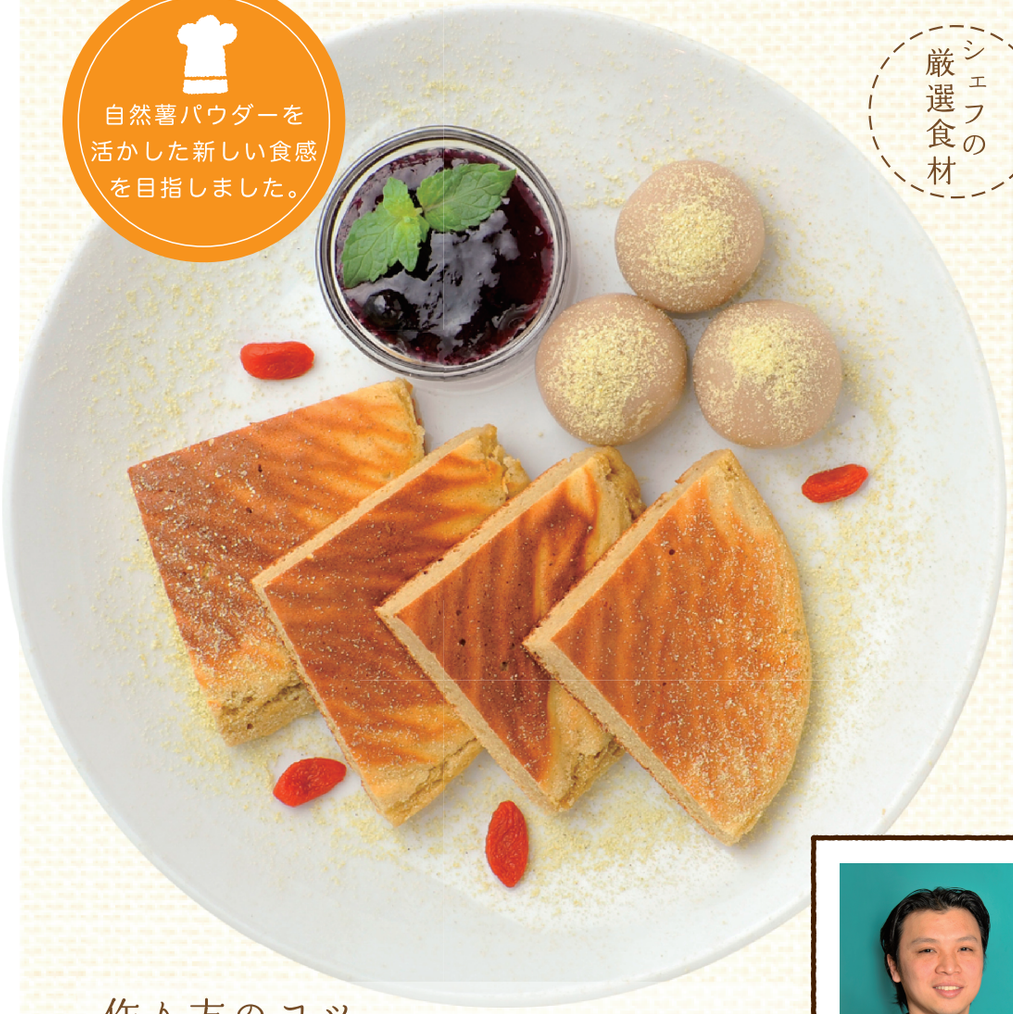
自然薯スフレパンケーキ、ずんだ餡入り自然薯団子添え

ジャンル―― デザート
料理方法―― 焼く
調理時間―― 30分

自然薯パウダーを活かした新しい食感を目指しました。



シェフの厳選食材

自然薯パウダー

こだわり栽培の自然薯をパウダーにしました。

鳥取県日南町産の特別栽培認証の自然薯を100%使ったパウダーです。最近、アンチエイジングで注目の「ジオスゲニン」等の体にいいとされる成分がすべて残っています。

監修シェフ
進藤 浩二
東京出身

「自家製醤を使い、旬の食材を調理します。無農薬、減農薬野菜で体にやさしい自然派本格中華です。」

店のウリ：自家製醤自然派中華

中華全般

月世界
東京都渋谷区道玄坂2-26-5 ひまわりビル1F

※2013年8月時点の情報になります。

作り方のコツ

メレンゲをしっかりと作る。氷水にあてながら作ると良いです。メレンゲを合わせる時も潰さないように混ぜましょう。

作り方

1. 柔らかめに茹でた枝豆は、砂糖、塩を加えてつぶし、餡を作り、丸めて冷蔵庫で固める。
2. 卵白に少しずつグラニュー糖を加えながらメレンゲを作る。つやがでて角が立つまで泡立てる。
3. 卵黄にハチミツ、豆乳を入れ泡立てる。
4. 3に卵黄に2のメレンゲ1/3とエッセンス、ふるいにかけた自然薯パウダー・コーンスターチ・ベーキングパウダーを加え、ゴムベラで均一に混ぜる。
5. 残りのメレンゲも泡をつぶさないように底から持ち上げる様に、サックリ混ぜる。
6. フライパンを弱火で熱し、こげつき防止のクッキングシートをひき、フタをし両面3分ずつ焼く。
7. 自然薯パウダー・白玉粉・水をよくこね、生地を作り、①の餡を包み6分蒸す。
8. お好みの盛り付け、トッピングでお召し上がり下さい。

材料（2人分）

自然薯パウダー-左記、3種類の材料をふるいにかける	**20g**
コーンスターチ	5g
ベーキングパウダー	5g
卵-卵白と卵黄に分ける	2個
グラニュー糖	20g
ハチミツ(練乳)	10g
豆乳	10g
お好みのエッセンス	適量
枝豆-柔らかめに茹でておく	200g
砂糖	40g
塩	5g
自然薯パウダー-左記、3種類の材料をよくこねる	10g
白玉粉	30g
水	30g

【食材のお問い合わせ先】 有限会社大柄組〒689-5215 鳥取県 日野郡日南町矢戸 1206-1
TEL.0859-82-0328　E-mail.ooegumi-a0408@sea.chukai.ne.jp