

オレンジジェット

参考調理時間:約4時間
【1枚あたり72kcal】

南国の風
やわらかドライパン
50g
本体価格 248円
税込価格 267円



材料(約24枚)

オレンジ…4個
グラニュー糖…200g
チョコレート…100g

作り方

1. オレンジは洗い、果肉を刺さないように竹串で皮に穴を無数にあける。
2. たっぶりのお湯で2、3度茹でこぼし、スポンジなどで表面の汚れを洗う。厚さ5mm程度にスライスする。
3. 鍋に②とグラニュー糖を重ね入れ、水分がでてくるまで1時間程おく。
4. ③に落とし蓋をして弱火で30分加熱し、一旦火を止め冷ます。冷めきったらもう一度加熱し水分が半分以下になるまで弱火で煮詰める。
5. 天板にクッキングシートをしき、④をならべ130℃のオーブンで30分焼き、裏返し100度のオーブンで20分焼く。
6. 湯せんで溶かしたチョコレートにオレンジの半分をくぐらせ、クッキングシートに並べ冷やし固める。

チョコプリン

可児市 さゆなおママさん
参考調理時間:約1時間10分
【1個あたり164kcal】

これを
使ったよ!

純ココア
110g
本体価格 268円
税込価格 289円



さゆなおママさんの
おすすめコメント
冷やしても、温かくても
美味しいです!

みんなの うちのごはん

今月のテーマ 2019.2月号

バレンタインのレシピ

今年はちょっぴり大人のバレンタインを
楽しんでみませんか?

材料(プリンカップ4個分)

卵…2個
グラニュー糖…60g
ココアパウダー…10g
牛乳…300cc

作り方

1. 卵、グラニュー糖、ココアパウダーをボウルに入れ混ぜる。
2. 50℃に温めた牛乳を①に入れ静かにまぜ、目の細かい茶こしなどで濾しながら型に流し入れる。
3. 天板に水をはり、140℃のオーブンで約1時間湯煎焼きする。

〈簡単ブラウニー〉

材料(27×24cmの天板/1枚分)

卵…4個
チョコレートシロップ…240g
無塩バター…120g
ホットケーキミックス…200g
粉糖、ナッツ…適量

作り方

1. 卵をボウルに割り入れ、チョコレートシロップを加え泡立て器でよく混ぜる。
2. バターを溶かし①に加え混ぜ、ホットケーキミックスも加えさらに混ぜる。
3. 天板に流し入れ表面を平らにし、170℃のオーブンで15分焼く。冷めたら粉糖やナッツで飾る。

〈チョコレートチャイ〉

材料(2人分)

紅茶葉(インドアッサム)…6g
お好みのスパイス(シナモンなど)…適量
牛乳…150cc 水…150cc
チョコレートシロップ…大さじ2

作り方

1. 小さめの鍋に水を入れ沸騰したら、茶葉とスパイス類を加え弱火で1～2分抽出する。
2. 茶葉が開いているのを確認したら、牛乳を加え沸騰直前で火を消す。
3. 茶こしで濾し、チョコレートシロップを溶かし混ぜる。

簡単ブラウニー & チョコレートチャイ

中津川市 丸ちゃんさん
参考調理時間:約30分
【1人あたり272kcal】

大垣市 かぼのすけさん
参考調理時間:5分
【1人あたり101kcal】



丸ちゃんさんの
おすすめコメント
お好みでブランデーを入れても!

これを
使ったよ!

ホットケーキ
ミックス
600g
本体価格 218円
税込価格 235円



材料(シフォンケーキ型17cm)

インスタントコーヒー…6g(大さじ1)
卵黄…3個分 卵白…4個分
薄力粉…80g 砂糖…80g
牛乳…50cc サラダ油…60cc
塩…ひとつまみ

作り方

1. インスタントコーヒーは、大さじ1の湯で溶かして、コーヒー液を作る。卵は卵黄3個分と卵白4個分に分けておく。薄力粉は塩を加えてふるっておく。
2. 卵黄に砂糖1/2量を2、3回に分けて入れ、白っぽくもったりするまで泡立てる。牛乳を入れサラダ油を少ずつ入れながらさらに混ぜ、薄力粉を入れてさっくり混ぜ合わせる。
3. 卵白に砂糖の残りを2、3回に分けて入れながら、しっかり角がたつまで泡立て、かた目のメレンゲをつくる。
4. ③をひとつずつ②に入れて混ぜ、なじませてから、残りのメレンゲを入れ、泡が消えないようにさっくり混ぜる。
5. ①のコーヒー液に④の生地をふたすくい入れて混ぜ、④に戻し3回軽く混ぜる。シフォンケーキ型に流し入れ、170℃のオーブンで45分焼く。焼きあがったら逆さにしてしっかり冷まし、型からはずす。

コーヒーマーブルの シフォンケーキ

美濃市 きんぎょさん
参考調理時間:約1時間30分
【1/8切れあたり185kcal】

これを
使ったよ!

太白純正胡麻油
(手付きボトル)
1650g
本体価格 2,000円
税込価格 2,160円



きんぎょさんの
おすすめコメント
飾りつけをしなくても、
そのままでも充分きれい
です。