

# ばんさんすう

## I. 材料 作りやすい分量(4~6人分)

|            |                |            |
|------------|----------------|------------|
| ロースハム・・・4枚 | 卵・・・2個         | 油・・・適量     |
| 春雨・・・100g  | 人参・・・1/2本      | もやし・・・1/2袋 |
| きゅうり・・・1本  | キクラゲスライス (あれば) | 砂糖・・・大さじ4  |
| 酢・・・大さじ4   | しょうゆ・・・大さじ4    | ごま油・・・大さじ4 |
| 塩・・・ひとつまみ  |                |            |

## II. 作り方

① 春雨を袋の表記時間でゆで戻し、食べやすい長さに切る。

あれば、キクラゲもゆで戻す。

② きゅうりを千切りにして塩をふる。水が出るのでしっかり絞る。

③ 卵をうす焼きにして細切りにする。もしくは、炒り卵にする。

④ ハムも細切りにする。

⑤ ①～④をボールに入れて混ぜ合わせ、調味料を加える。



# ブラウニー

## I. 材料(サイズ 18 cm×18)

|                                 |                |
|---------------------------------|----------------|
| 小麦粉・・・70g                       | ベーキングパウダー・・・3g |
| 無塩バター・・・72g                     | 加塩バター・・・67g    |
| 卵・・・3コ(170g)                    | グラニュー糖・・・100g  |
| くるみ・・・110g                      |                |
| スイートチョコレート(例・ガーナ板チョコ ミルク味) 100g |                |

## II. 作り方

- ① ボールにチョコレート、無塩バター、加塩バターを入れ、湯せんにかきゴムべらで全体がなめらかになるまで混ぜる。
- ② 別のボールに卵を溶きほぐし、グラニュー糖を加えて泡だて器で混ぜ合わせる。
- ③ ②のボールに①のチョコレートを少しずつ加えながら泡だて器で混ぜ合わせる。
- ④ 小麦粉をふるい入れ、ゴムべらで粉っぽさがなくなるまでさっくりと混ぜる。
- ⑤ くるみを加え、ザックリと混ぜる。
- ⑥ 生地をバットに流し入れて表面を平らにならし、空気を抜く。
- ⑦ 170℃に温めたオーブンで 20 分ほど焼く。
- ⑧ 竹串を刺してみて、何もついてこなければ焼き上がり。



# バイクドチーズケーキ

## I. 材料(サイズ 18 cmケーキ型 1 台分)

| クリーム           |               |
|----------------|---------------|
| クリームチーズ・・・200g | 砂糖・・・60g      |
| 卵・・・2 個        | 生クリーム・・・150ml |
| レモン汁・・・大さじ 1   | 薄力粉・・・25g     |

| 生地          |             |
|-------------|-------------|
| ビスケット・・・90g | 無塩バター・・・40g |

## II. 作り方

- ① ビスケットをボールに入れて細かく砕き、無塩バターと混ぜ合わせる。
- ② ケーキ型にクッキングシートを敷き、ビスケット生地を敷き詰め、しっかりと押さえる。
- ③ クリームチーズは室温に戻しておき、薄力粉をふるっておく。
- ④ ボールにクリームチーズと砂糖を入れ泡だて器でよく練る。
- ⑤ 滑らかになったら、卵・生クリーム・レモン汁・薄力粉の順に加えてしっかりと混ぜ合わせる。
- ⑥ ビスケット生地を敷いたケーキ型に入れ、軽くトントンしておく。
- ⑦ 180℃にオーブンを温めておき、約 40～50 分串を刺して生地がつかなくなるまで焼く。
- ⑧ 焼きあがったら、型から外し、あら熱をとり冷蔵庫で冷やす。

## III. 注意点

- ※ ビスケット生地は、森永のチョコイスを使用していますが、バタークッキーならどれでも大丈夫です。
- ※ 焼き加減については、大きさや使用するオーブンの機種によって違うので、調整して下さい。

