

## 高校生じぶん“オ”発見プロジェクト（おやつレシピ部門）

フリガナ    カシマ ミウ 応募者氏名：鹿島 未海	
高校名：広島県立五日市高等学校	学年：2年

フリガナ 応募料理名：アボカドとトマトクリームチーズのシフォンケーキ	使用した野菜 アボカド， トマト
---------------------------------------	---------------------

セールスポイント（工夫した点など）。

アボカドが好きな母のためにほんのりアボカドの味がするシフォンケーキを作りました。

アボカドが苦手な妹でも食べられるようにアボカドにも合い多くの人が好きなクリームチーズを使って作ったクリームを添えました。そして私の妹が苦手なトマトもおいしく食べてもらえるようにクリームチーズの上に、家の庭でとれたトマトをペースト状にしてクリームチーズと生クリームに混ぜたクリームをのせました。生クリームとクリームチーズであまくなりすぎないようにトマトの酸味とアボカドの風味でまろやかになるように作りました。

材料	分量 g (2人分)	材料	分量 g (2人分)	作り方
アボカド（完熟）	1 個			1.アボカドの種と皮をとり、レモン汁を加えてフォークなどでマッシュしておく。粉類をふるいにかける。オーブンは170度に予熱しておく。 2.卵白をハンドミキサーで泡立て、全体が白い泡になったら砂糖を2〜3回にわけて加えながらメレンゲを作る。ぼそぼそになると混ぜすぎ!! 3.別のボウルに卵黄と砂糖を入れてとろっとするくらいまで泡立てる。そこへサラダ油を加えて白っぽくなるまでしっかり泡立てる。 4.マッシュアボカドを160g計って3に加える。泡立ててなめらかになったら粉類を入れてよく混ぜるまでハンドミキサーで泡立てる。 5.メレンゲの1/3を4のボウルに入れハンドミキサーでしっかり混ぜる。ヘラに持ち替えさっくりと残りのメレンゲを2回に分けて加える。 6.ムラなく混ぜたら生地を均等になるように型に流し、型を台の上に数回打ちつけて空気を抜いたら予熱したオーブンで50分焼く。ケーキが完全に冷めたら型から外す。 7.クリームチーズに砂糖と生クリームとミキ
レモン汁	大さじ2			
卵白	5 個分			
砂糖	40 g			
薄力粉	100 g			
サラダ油	40 g			
卵黄	5 個分			
砂糖	40 g			
クリームチーズ	200 g			
粉砂糖	30 g			
レモン汁	大さじ2			
生クリーム	200 cc			
トマト	1 個			

				<p>サーでマッシュ状にしたトマトを加えてなめらかになるまでハンドミキサーで混ぜる。</p> <p>8.ケーキにクリームチーズの生クリームをかけてトマトを添えれば完成。</p>
--	--	--	--	--

