

2018高校生じぶん“オ”発見プロジェクト（おやつレシピ部門）

高校名	広島県立安古市高等学校
応募者氏名	上剃 千夜
応募作品名	三層の野菜ケーキ
使用した野菜	枝豆, ほうれん草, かぼちゃ
学年	2年

セールスポイント（工夫した点など）

- ・見た目を意識し、ケーキを3層にして組み立てた。
- ・味・食感がくどくないようにチーズケーキ、ムース、スポンジと分けた。

材料	分量g（2人分）	材料	分量g（2人分）	作り方
豆腐	50g	イチゴジャム	150g	①かぼちゃを茹で、皮を切り、裏ごししてハチミツとまぜる。 ②生クリームを7分立てにして、35gと15gに分け、35gにはイチゴジャムと砂糖15g、15gには砂糖10gを入れる。 ③ほうれん草を茹でて絞る。 ④フードプロセッサーにほうれん草、枝豆、豆腐、チーズ、卵を入れなめらかにして、ボールに移し、小麦粉20gとまぜる。 ⑤卵を黄身と白身に分け、メレンゲにし、かぼちゃと小麦粉40gを合わせてまぜる。 ⑥④・⑤の生地を洗った牛乳パックで作った型に入れ、180℃のオーブンで25～35分焼く。 ⑦焼いている間に②のイチゴジャムとチーズとヨーグルトをかくはんし、鍋に入れ、粉寒天を溶かし、型に入れ冷やす。 ⑧⑥・⑦でできたものを半分に切り、緑・黄・赤の順にクリームをはさみながらのせて、上にトマトをのせる。
枝豆	20g	プレーンヨーグルト	60g	
ほうれん草	1束	生クリーム	50g	
チーズ	100g	砂糖	25g	
卵	2個	粉寒天	4g	
小麦粉	60g	トマト	2つ	
かぼちゃ	1/12個			
ハチミツ	大さじ1/2			