

給食レシピ紹介

山武市のお米を粉にした米粉を使ったガトーショコラだよ。
米粉は、道の駅「オライ蓮沼」で、買えます。



料理名

米粉のガトーショコラ



材料

8個分

作り方

卵	3個	①	米粉・ココア・ベーキングパウダーは、よく混ぜておく。
きび砂糖(砂糖でも可)	50g	②	卵は割りほぐして、牛乳を混ぜ合わせておく。
牛乳	50g	③	ボウルにバター・チョコレート・きび砂糖を入れ
板チョコ(製菓用チョコで可)	50g		湯せんしながら、溶かす。
有塩バター	30g	④	③に②を入れて混ぜたら、さらに①を入れ、混ぜる。
米粉	40g		ヘラなどでサックリ混ぜ、あまり混ぜすぎないようにする。
ピュアココア	10g	⑤	出来上がった生地は、紙カップに8個等分して入れる。
ベーキングパウダー	0.4g	⑥	190℃のオーブンで15分くらい焼く。
紙(アルミ)カップ	8枚	★	焼き上がりに、粉砂糖を上からふってもおいしいです。

※オーブンの焼き具合は、家庭で違いますので、様子を見ながら焼いてください。

※給食用の分量ですので、家庭では多めに作ってください。