

おかし教室

冬になると、チョコレ
いチョコレートデザート
トがとてもおいしく感
をお楽しみください。

作り方

(下準備) オープンは

は力カオ分の多い、ビタ

ースイートチョコレート

を使った、小麦粉なしの

デザートケーキを紹介し

たいしましょう。

スフレ食感でふわっと

した軽い口どけ、そして

コクがあって栄養価も高

②①に、常温に戻して

とひとつまみの砂糖を入

てる写真①。

④②に③の

メレンゲ半

量、ココア

パウダー、残り

のメレンゲの

順に加えて

写真②、ゴ

ムベラでさっ

くりと混ぜ

る。

⑤型の9分

目まで流し、

200度のオ

ープンで約8

分間焼く。

⑥トッピン

グの準備をす

る。ボウルに

生クリームを

(トッピン

入れ、ボウル

の底を氷水に

つけて冷やし

粉糖

生クリーム

ココアパウダー

砂糖

卵白(1玉2個分)

生クリーム

2個

15g

60g

バター(食塩不使用)

ビタースイートチョコ

容器8個分

材料横7cm、縦6

cm、高さ3cmのハート型

新潟調理師

専門学校講師

柴川 日出子

理時間30分

11個156キロ、調

ながら、8分立てにする。

⑦⑥が冷めたら生クリ

ーム、フランボワーズを

トッピングし、粉糖をか

ける。



①



②

粉を使わないスフレショコラ

