水分はバナナだけ！

超バナナ
シフォンケーキ

1台（17cm）　45分

材料

卵黄　Mサイズ	4個
グラニュー糖	20ｇ
バナナ	150ｇ
米油	25ｇ
ソワ・リス	75ｇ
BP	2ｇ
卵白　Mサイズ	4個
グラニュー糖	50ｇ

ソワ・リス：日の本穀粉㈱

ポイント

・水分は加えずバナナだけで作るので、香りがしっかりでる。
・米粉を使うことできめ細かく、しっとりした触感の仕上がりに。
・フードプロセッサーを使うことで確実に乳化でき、時短に！ブレンダーでもOK。

作り方

下準備

・卵白は使う直前まで冷やしておく。
・オーブンを180℃に予熱する。

1. フードプロセッサーに卵黄、バナナ、グラニュー糖（20g）、米油を入れてよく混ぜる。
2. ソワ・リスとBPを加え、さらに撹拌し、混ざったらボウルに移す。
3. メレンゲを作る。卵白を軽く泡立て、一度にグラニュー糖（50g）を加えて角の先端が垂れるくらいまで泡立てる。最後は低速で気泡のキメを整える。
4. メレンゲの1/3を2に加え、ハンドミキサーの羽で混ぜ合わせる。
5. 残りのメレンゲもハンドミキサーの羽でほぐし、４を一度に加える。
6. 最後はゴムベラで生地を底から返すように混ぜ合わせる。
7. 型に流し、180℃15分→160℃15分焼成。　※お使いのオーブンによって温度と時間の調整が必要な場合があります。
8. 焼き上がったら低い位置から型を落としてショックを入れ、逆さまにしてしっかり冷ます。

Saki.+ ONLINE SWEETS SCHOOL × SOIE LISSE Farine de riz fait au Japon

2024.9