

12/19 (水)

米粉のケーキサレ

(佐藤 利恵さん)

(材料：パウンド型 1 台分)

米粉：100g
ベーキングパウダー：小さじ1
粉チーズ：30g
卵：2個
牛乳：70cc
オリーブオイル：大さじ2
塩：小さじ1/2
こしょう：少々

玉ねぎ：1/2個
赤パプリカ：1/4個
ベーコン（ブロック）：30g
かぼちゃ：120g
ミニトマト：5個

- ① 玉ねぎはみじん切り、赤パプリカ、かぼちゃ、ベーコンは1cm角に切る。
- ② フライパンに分量外のオリーブオイルを熱し、①を炒めて粗熱を取っておく。
- ③ ボウルに卵を入れてほぐし、オリーブオイル、牛乳、粉チーズ、塩こしょうを加えて混ぜる。
- ④ 米粉とベーキングパウダーをふるい（ザルでOK）、③に加えてさっくり混ぜたあと、②を加える。
- ⑤ クッキングシートを敷いたパウンド型に④を流し入れ、上に半分にカットしたミニトマトを飾る。
- ⑥ 180℃に温めたオーブンで30分ほど焼く。

レシピは、ゆめタウン夢彩都サービスカウンター（3階と地下1階）に置いています。
また<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でもご覧になれます。