

炊飯器で作るりんごのケーキ



【材 料】 8切れ分

<煮りんご>	
りんご	1/2個
きび糖	10g
バター	15g
シナモン	小さじ1/3
<ケーキ生地>	
りんご	1/2個
ホットケーキミックス	150g
卵	1個
きび糖	30g
調製豆乳	100ml
米油か太白胡麻油	30g
粉糖	適量

【作り方】

- ①りんごは四等分に切って芯を取り除く。半分は厚さ5mm位のくし形に切る。残りの半分は皮を剥いていちよう切りにする。
- ②フライパンにくし形のりんご・きび糖・バターを入れて混ぜ、中火にかけてふたをする。（時々混ぜる。）3分位したら、今度はふたを開けて混ぜながら弱火～中火で5分位煮、シナモンをふりかけ火を止める。
- ③ボウルに、ホットケーキミックス・卵・調整豆乳・米油を入れて泡立て器で混ぜる。混ぜたら、いちよう切りのりんごを混ぜ込む。
- ④炊飯釜に、②で出来た煮りんごの煮汁を塗る。
- ⑤炊飯釜に煮りんごを放射線状に並べる。
- ⑥炊飯釜に③の生地をそっと流し込み、炊飯スイッチを入れる。
- ⑦35分位焼いたら、炊飯器のふたを少し開けて中を見て、生地がふっくらして出来ているようなら早めにスイッチを切る。スイッチを切ったら、蓋をしたまま10分位置いておく。
- ⑧ミトンなどを使って炊飯釜を取り出し、大きめのお皿をかぶせて炊飯釜ごとひっくり返してケーキを出す。
- ⑨8等分に切って、お好みで粉糖を振りかける。

<POINT>

*豆乳の効能としては、抗酸化作用・便秘を整えるなどがあげられます。もちろん牛乳で代用もOKです。

*今回はミネラル分の多いきび糖を使用しましたが、上白糖やグラニュー糖でも美味しく作れます。