

## 畜産料理レシピ⑤

# 牛の恵み SWEETS

〈6号1台分（6人分）の材料〉

ヨーグルト（無糖） 400g      砂糖 100g  
薄力粉 大3                      塩 ひとつまみ  
卵黄 M玉3個分                レモン汁 小1  
生クリーム 200cc              レーズン 適量

1. ヨーグルトは布巾で約200gになるように水切りする。
2. 型にクッキングシートを敷き、オーブンを170℃に予熱しておく。
3. ボウルに材料をすべて入れ、ミキサーで2~3分間混ぜたら型に流し込み、空気を抜いてレーズンを飾る。
4. オーブンで40分、途中でアルミホイルをかぶせて焼く。

### ヨーグルトケーキ



〈作りやすい分量の材料〉

生クリーム 120cc  
砂糖 20g  
ミルクチョコレート 20g



1. ボウルに生クリームを入れ、泡立てる。
2. 砂糖を加え、さらによく泡立てる。
3. 生クリームと刻んだチョコレートを合わせ、容器に入れる。
4. 冷凍庫に入れ、途中で時々かき混ぜながら冷やし固める。
5. スプーンですくって盛り付ける。

### クリームチョコアイス



〈2人分の材料〉

餃子の皮 6枚                      お好みのジャム 10g  
クリームチーズ 80g              揚げ油 適量  
お好みのナッツ 12g



1. ナッツは弱火のフライパンで軽く煎り、刻んでおく。
2. クリームチーズをボウルに入れ、なめらかになるまで練り、1のナッツを混ぜ合わせる。
3. 餃子の皮にジャムを塗り、2と一緒に包む。
4. 160℃の油で皮がきつね色になるまで揚げる。

### さくさくクリームチーズ



献立・料理作成：山口県立大学看護栄養学部栄養学科

お弁当の日プロジェクトチーム