

## ●かぼちゃとブロッコリーのケーキサレ

### 【材 料】(18cmパウンド型)

● かぼちゃ	: 50g	● ホットケーキミックス	: 150g
● ブロッコリー	: 50g	● 卵	: 2個
● クリームチーズ	: 50g	● 牛乳	: カップ1/2
		● サラダ油	: 大さじ3

### 【つくり方】

- ① かぼちゃは1.5cm 角に、ブロッコリーは2cm 大に切る。
- ② ①を耐熱容器に並べ、ラップをして電子レンジ(600W)に2分間かけ、粗熱をとる。  
**Point** 生のまま使うと生地混ぜて焼いたとき、野菜に火が通りにくい。
- ③ クリームチーズは1cm 角に切る。  
**Point** ホットケーキミックスの独特の香りや甘みもおさえられる。  
粉チーズでも OK !
- ④ ボウルに卵を割ってほぐし、牛乳を加えて泡立て器でよく混ぜる。  
さらにサラダ油を加えて混ぜる。  
**Point** 牛乳は豆乳に変えても美味しい！  
**Point** サラダ油でしっとり軽い仕上がりに。オリーブ油でも OK !  
バターだと少し重めに。
- ⑤ ホットケーキミックス、②のかぼちゃ、ブロッコリー、③のクリームチーズを加えてゴムべらでさっくりと混ぜる。  
**Point** 混ぜすぎると生地がかたくなったり膨らみにくくなるので注意！
- ⑥ 生地をケーキ用敷き紙を敷いた型に流し入れ、180度に温めておいたオーブンで30~40分間焼く。  
**Point** 焼き始めて10分くらいで一度取り出し、表面にナイフで切れ目を入れるときれいに膨らむ。お店っぽい焼き上がりに！
- ⑦ 竹串を刺して生地が竹串につかなければ焼き上がり。型から外して冷ましたら完成。