

佳作

～アンチエイジング～
シナモンちりめんマーラーカオ

材料（4個分）

A	卵	1.5個
	きび砂糖	60g
	酒	大さじ1
	練乳	大さじ1
	醤油	小さじ1
	サラダ油	大さじ3
	薄力粉（ふるう）	60g
	ベーキングパウダー	小さじ1
	ちりめん	35g
	シナモンシュガー	5g



～アンチエイジング～
シナモンちりめんマーラーカオ
濱田 美和

作り方

- ① ボウルにAの材料を入れ泡立て器で混ぜる。
- ② ふるっとおいた薄力粉を2回に分けて加え、ゴムべらでだまにならないように混ぜる。
- ③ ラップをして1時間程度、室温でねかせる。
- ④ フライパンでちりめんとシナモンシュガーを炒める。
- ⑤ 生地ベーキングパウダーとシナモン、ちりめん3/4を混ぜる。
- ⑥ ココット型やプリン型にカップを置いて生地を8分目まで流し入れる。
- ⑦ スチームオープンの場合25分、蒸し器の場合強火で10分蒸す。
- ⑧ 様子を見て少し蒸せたところで残りのちりめんを置く。（月型に）