

おうちで作ろう！

ルバーブ マドレーヌ



材 料	分量 (10個分)	作 り 方			
たまご Mサイズ 上白糖 調製豆乳 有塩バター (とがす) 小麦粉 ベーキングパウダー <ジャム> ルバーブ (スライス) 上白糖 マドレーヌカップ	3個 大さじ1 1/2カップ 50g 230g 10g 140g 大さじ5と1/2 10枚	①ルバーブは、スライスし、水にさらす。 ②水を切ったルバーブに砂糖をまぶす。 ③②を鍋に入れ、中火で加熱する。 (形が残るように、煮詰めすぎない。) ④③のあら熱をとる。 ⑤小麦粉、BPを振るいあわせる。 ⑥卵、砂糖、豆乳を混ぜ、さらに振るった粉も加え、混ぜ合わせる。 ⑦溶かしバター、④のジャムを混ぜる。 ⑧カップに入れて焼く。 190℃ 16分目安			
ポイント！ ルバーブに砂糖をまぶしておくのと、自然と水分が出てきます。その水分ごと火にかけてください。短時間で火が通るのでルバーブを煮詰めすぎないことがポイントです。このレシピは、乳製品にアレルギーを持つ子のことを考え、豆乳を使用していますが、家庭では牛乳で作ることも可能です。また、バターを加えるタイミングを最後にしているのも、アレルギーの子の分を取り分けることを考えての順番となっています。					
1人分栄養価					
エネルギー	203	kcal	脂質	5.7	g
たんぱく質	3.9	g	食塩相当量	0.3	g