

いちごのクラフティ

1 月お野菜プロジェクト

焼きプリンを思わせる「フランス菓子」

料理時間 : 40分 カロリー（1人分） : 112kcal 塩分 : 0g



[材料（4～5個分）]

砂糖（a） 25g（大さじ3）
小麦粉 9g（大さじ1）
卵 1個
生クリーム 50cc（大さじ3）
牛乳 15cc（大さじ1）
いちご 120g（大4個）
砂糖（b） 3g（小さじ1）

[つくり方]

1. いちごを4等分にし、焼く器に入れて砂糖（b）をふりかけておく。
2. ボールに砂糖と小麦粉を混ぜ合わせ、卵を加えて混ぜ、なめらかになったら生クリームと牛乳を加えて更に混ぜる。
3. ①に②を入れて180℃のオーブンで30分ほど焼き、粗熱がとれたら冷蔵庫で冷やす。