



## パンプキンバターケーキ

スパイスが効いた



(栄養価 / 1切れあたり)

エネルギー	265 kcal
タンパク質	4.2 g
脂質	14.6 g
炭水化物	28.4 g
食塩	0.1 g

8切れ分

(材 料)

A	小麦粉	100g
	アーモンドパウダー	30g
	シナモン (パウダー)	小さじ1
	ベーキングパウダー	小さじ1 / 2
	重曹	小さじ1 / 4
	オールスパイス (パウダー)	小さじ1 / 4
	バター (食塩不使用)	100g
	カボチャ	250g
	三温糖	100g
	卵	2個
	ラム酒 (ダーク)	大さじ1 / 2
	カボチャの種 (むき実)	10g

(作り方)

- ① (A) をふるい合わせる。
- ② バターは室温にもどす。
- ③ カボチャは種とワタをとり除いてところどころ皮をむき、3cm角に切る (正味量200g)。
- ④ 耐熱皿に③を並べてラップでフタをし、500Wの電子レンジで3分ほど加熱し、熱いうちにフォークでつぶして粗熱をとる。
- ⑤ ボウルに②を入れ、泡立て器でクリーム状になるまで練り、三温糖を2~3回に分けて加え、白っぽくなるまで混ぜ合わせる。
- ⑥ ⑤に割りほぐした卵を数回に分けて加え混ぜる。
- ⑦ ⑥にラム酒と④を加えてゴムベラで混ぜ、さらに①を加えて粉っぽさがなくなるまで切るように混ぜる。
- ⑧ パウンド型 (17×8×6cm) にクッキングシートを敷いて⑦を流し入れ、中央を少しくぼませてカボチャの種を散らす。
- ⑨ 170℃のオーブンで⑧を40分ほど焼き、クーラーにのせて粗熱をとり、型からとり出してクッキングシートをとり除いて冷ます。
- ⑩ ⑨を適当な大きさに切って器に盛る。



<ひと口メモ>

\*カボチャは冷めてしまうとつぶしにくくなるので熱いうちにつぶすのがポイント。