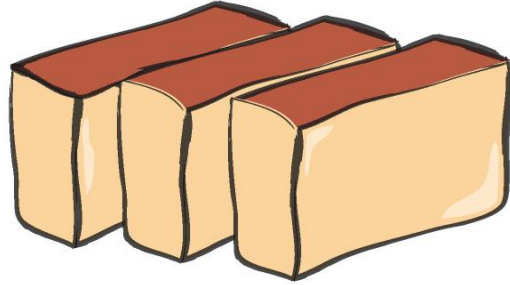


牛乳アレルギー用レシピ

豆乳カステラ



〈材 料〉 直径20cmの丸型1台分

・ 卵黄	7個
・ 卵白	5個
・ 砂糖	250g
・ 強力粉	230g
・ 豆乳	75g
・ 油	40g
・ はちみつ	66g

※ 1歳未満児に、はちみつは乳児ボツリヌス症の恐れがあるので使用しないで下さい

〈作り方〉

- ① 卵白に砂糖2/3を2回に分けて加えながら固く泡立てる。
- ② 卵黄に残りの砂糖を加え、白っぽくなるまで泡立てる。
- ③ 粉類はふるっておく。
- ④ ②の中にはちみつを入れ、①を加えて混ぜ、豆乳と油も加えて混ぜ合わせる。
- ⑤ 型に流し、180℃15～20分で焼きあがる。
指で押して弾力があればできあがり！