



今月のレシピ

今月の広報は、『ポップオーバー』という名のパンとシュー生地の間のような物を紹介します。簡単な材料で作れ、サラダやスープと一緒に食べたり、デザートにしたり、色々な食べ方が出来る楽しい一品です。生地を合わせるのも混ぜるだけ。オープンに入れて焼くだけ。型も自由です。ぜひお試しください。

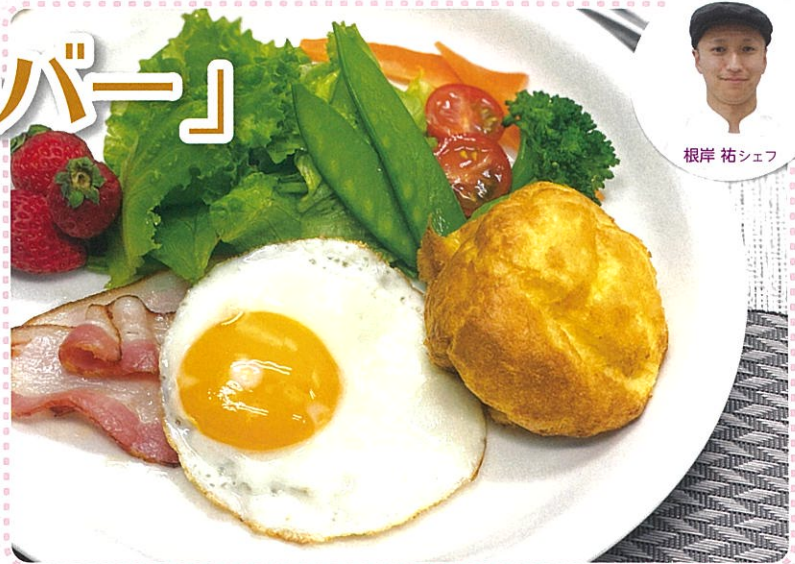
「ポップオーバー」



デザートでも...



カレーやシチューなどをつめても...



根岸 祐シェフ

材料

強力粉、薄力粉、塩、牛乳、卵、油



作り方

- ① 強力粉、薄力粉、塩をボールに入れ混ぜる。真ん中にくぼみを作る。
- ② くぼみに卵を入れる。
- ③ 周りの壁を崩しながら混ぜていき、少しずつ牛乳も加える。
- ④ 粉っぽさがなくなるまで混ぜたら油を入れ、生地の完成。
- ⑤ カップの半分より少しだけ多めに生地を流し込む。コーヒーカップ等でも代用可能。(その場合には内側に油を塗ること)
- ⑥ 200℃のオープンで10分焼く。
- ⑦ 10分経ったら、180℃に温度を下げて15分焼く。
- ⑧ ここまで膨らめば完成。

