



おやこしょくいくりょうりきょうしつ
親子食育料理教室

本校製菓製パン講師

こばやし やすひろ せんせい
小林 康宏 先生おのでら しのの
小野寺 梓乃

こめこ つく
☆米粉で作るクリスマスケーキ
フルーツロールケーキ

<ロール生地>

卵白

112g

・・・メモ・・・

砂糖

52g

たまご 卵、じょうずに割れるかな？

卵黄

90g

らんとう 卵黄と卵白に分けてみよう！

砂糖

20g



ハチミツ

12g

米粉

52g

無塩バター

15g

牛乳

10g

<ポイップクリーム>

生クリーム

200cc

砂糖

15g

バニラエッセンス

少々

いちご

7粒

バナナ

1/2個

キウイフルーツ

1/2個

【作り方】

①卵黄に砂糖とハチミツを入れよく混ぜる。

②卵白に砂糖を3回に分け泡立て、メレンゲを作り、①にメレンゲ1/3と
米粉1/3を入れ合わせる。

③残りのメレンゲと米粉を加え合わせ、溶かしたバターと牛乳を入れ、
混ぜ合わせる。

④天板に流して平らにし、180℃のオーブンで約13~15分焼き上げる。

⑤生地を冷まし、泡立てた生クリームを平らに塗り、フルーツを並べて巻く。

オープン180℃ 約13分
天板にクッキングシートをしく