

MANO WOMEN'S CLUB

FROM KITCHEN WITH LOVE

2025.3月は ビーツケーキ

3月はやっぱりピンクのお菓子を作りたくなりますね! 色粉を使うのもいいけど、自然の食材でこんなに可愛い色が出せるんですよ🍷



まのウィメンズクリニック ホスピタリティ マネージャー 眞野さつきが紹介します。私でも出来る。からでもおいしい簡単sweetsレシピ。

当院では、産後のDaily Special Sweetsとして、提供させて頂いております

enjoy!

RECIPE INGREDIENTS METHOD

| | | |
|---------|-----|---|
| ・ビーツ | 70g | A |
| ・牛乳or豆乳 | 70g | |
| ・レモン汁 | 5ml | |

| | |
|--------------------|-----|
| ・砂糖 | 70g |
| ・バター | 70g |
| (常温に出してホマード状にしておく) | |
| ・玉子2個 | |

| | | |
|---------|------|---|
| ・小麦粉 | 100g | B |
| ・ベキガクガ- | 小さじ1 | |
| ・塩 | 1g | |

下準備

- ・オーブンで焼いて下ごしらえ
- 1) ビーツをよく洗います。葉がついている場合は切り落とします。
- 2) 皮付きのままアルミホイルに包み、200℃のオーブンで30~40分焼きます。
※焼き時間はビーツの大きさによって調整してください。目安は30分~。竹串をさしてスッと入る状態になればOKです
- ・オーブンは170度に予熱しておきます・カップケーキ型にバターを塗って小麦粉を振るっておく

recipe

- ① ミキサーにビーツ、牛乳or豆乳を入れて攪拌(かくはん)し、なめらかになったらボールに移します。レモン汁を混ぜ合わせ、ビーツペーストをつくる。
- ② ボールにバターと砂糖を入れよく混ぜる(乳化)
- ③ 玉子2個を溶いて、5回くらいに分けて②のボールに入れながらしっかり混ぜていく(ブレンド)があると混ぜやすい(乳化させる)
- ④ Bの粉類を合わせ、①で作ったビーツも入れ混ぜる
- ⑤ 型に生地を流し入れ、170度に予熱したオーブンで20分焼きます

レシピ提供

まのウィメンズクリニック

manowomensclinic.com

☎0568-36-0303 春日井市松新町2-5

産科・婦人科



MANO WOMEN'S CLINIC



@LOVEBYSATSUKI

