



パーティーのデザートに！

カマンベールのバスクチーズケーキ

【材料】 1個分 (直径約10cm)

カマンベールチーズ	1個(90g)
さとう	30g
卵	1個(55g)
生クリーム	100g
薄力粉	10g

【型の作り方】

- ①牛乳などの紙パックをハサミで開き、輪の型を作ってホッチキスで留める。
- ②全面にアルミホイルを巻く。
- ③くしゃくしゃにしたクッキングシート中に敷き、オーブン用の天板やオーブン対応の平皿に乗せておく。



このレシピのポイント

赤ワインに合うカマンベールチーズを使用した小さめのチーズケーキです。牛乳パックを利用した型で手軽に作れます。隙間ができないように注意してください。少人数のパーティー用ケーキにもどうぞ！

🕒 調理時間 **60分** 食塩相当量 0.5g カロリー 224kcal

※冷蔵庫で冷やす時間を除く

栄養価 (1人分あたり)

たんぱく質	6.1g	カルシウム	123mg
脂質	16.3g	ビタミンB2	0.19mg
炭水化物	13.2g	レチノール	118μg

日本食品標準成分表2020年版(八訂)に対応

【作り方】

- ①卵を溶き、薄力粉は計量してふるっておく。
- ②カマンベールチーズの外側をはぎ取り型の底に敷く。中身は耐熱容器に入れて電子レンジで10～20秒(500W)加熱し、柔らかくする。
- ③柔らかくしたチーズをヘラなどで練り、さとう、卵、生クリーム、薄力粉の順に加える。ダマにならないよう、泡だて器でよく混ぜる。
※さとうを加えた段階で味噌くらいの柔らかさが目安です。すべての材料を合わせるととろりとした質感になります。
- ④②でカマンベールチーズの外側を敷いた型に入れ、200℃に予熱したオーブンで35分焼成する。焦げ目がついていなければ追加で5分焼成する。粗熱が取れたら1時間以上冷蔵庫で冷やして完成。
※焼成時に膨張しますが、冷やすと縮みます。

Maru作

制作：大阪公立大学生活科学部・生活科学研究科
大阪市立大学生活科学部・生活科学研究科