

＜新春おやつ大会＞

野菜を使っのケーキ、クッキーつくり

講師＝区画 82/廣田ゆかりさん



きたっばらで収穫した野菜が入ったケーキ、甘いのが苦手な人にも気に入ってもらえるクッキー、手のひらサイズの大きな野菜の形をしたクッキーなど、誰にでも簡単に作れるお菓子です。

1. パセリのクッキー



(ポイント)  
薄力粉を入れたら、混ぜ過ぎないこと。

【材料】 (4人分)  
バター 90g  
粉チーズ 30g  
パセリ 小3  
牛乳(常温) 75cc  
薄力粉 150g

(註) 2回に分けて  
8人分を作る。

【作り方】

- ①、柔らかくしたバターに、粉チーズ、パセリを混ぜる。
- ②、薄力粉、牛乳を一緒に入れ混ぜる。
- ③、口金を付けた絞り袋に生地を入れ、4～5cmの長さに絞る。
- ④、オーブン/180度で10分～12分焼く。

2. キャロットケーキ (18cm丸型×1台とマフィンカップ×8個)



(ポイント)  
生地が出来たら、すぐに焼くこと。

【材料】 (8人分)  
卵 4個  
グラニュー糖 200g  
サラダ油 120g  
薄力粉 220g  
重曹 小1強  
人参(すりおろし) 340g

【作り方】

- ①、卵とグラニュー糖を混ぜ、湯せんにかけて人肌に温める。
- ②、湯せんから外し、ハンドミキサーで白っぽくなるまで泡立てる(5分位)。
- ③、サラダ油を入れる。
- ④、薄力粉、重曹を合わせ、2回に分けて入れ混ぜる。
- ⑤、すりおろした人参を入れる。
- ⑥、型に生地を入れる。
- ⑦、オーブン/180度で20～25分焼く。

3. ケークサレ (マフィンカップ×16個)



(ポイント)  
③の混ぜる、粉っぽさが少し残っている位が良い。

【材料】 (8人分)  
卵 5個  
牛乳 190cc  
サラダ油 160g  
薄力粉 340g  
ベーキングパウダー 少3  
粉チーズ 100g  
胡椒 少々  
野菜・パプリカ 0,5個  
・小松菜 50g  
・ハム 8枚

【作り方】

- ①、野菜、ハムを5mm角に切る。
- ②、卵をほぐし、牛乳、サラダ油を入れる。
- ③、薄力粉、ベーキングパウダー、粉チーズを合わせて入れ、軽く混ぜる。
- ④、①の野菜を入れ混ぜる。
- ⑤、カップに生地を入れる。
- ⑥、オーブン/180度で15～20分焼く。

#### 4. フライドオニオンマフィン (マフィンカップ×16個)



(ポイント)  
薄力粉を入れたら、  
混ぜ過ぎないこと。

【材料】 (8人分)	
バター	180g
砂糖	130g
はちみつ	40g
卵	3個
薄力粉	300g
ベーキングパウダー	小2,5
牛乳	80cc
フライドオニオン	50g
飾り用・フライドオニオン	少々
イタリアンソルト	少々

#### 【作り方】

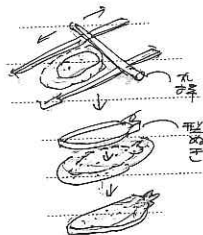
- ①、柔らかくしたバターに砂糖、蜂蜜を入れ、白っぽくなるまで混ぜる。
- ②、卵をとき、2回に分けて入れる。
- ③、薄力粉とベーキングパウダーを合わせて、軽く混ぜる。
- ④、牛乳とフライドオニオンを入れる。
- ⑤、カップに生地を入れる。
- ⑥、飾り用のフライドオニオンをのせイタリアンソルトをふりかける。
- ⑦、オーブン/180度で15～20分焼く。

#### 5. 人参クッキー



(ポイント)  
生地が柔らかい時は、  
冷蔵庫で冷やすか、  
薄力粉の分量を少し  
増やす。

【材料】 (8人分)	
バター	75g
砂糖	60g
卵	1個
薄力粉	160g
人参(50gを茹で、 裏ごしたものを軽く 絞る)	40g



#### 【作り方】

- ①、人参を厚さ1cmの輪切りにし、茹でて裏ごしし、軽く絞る。
- ②、柔らかくしたバターに砂糖を入れ、すり混ぜる。
- ③、卵を入れて、混ぜる。
- ④、①の人参の裏ごしを入れる。
- ⑤、薄力粉を入れ、ひとまとめにする。
- ⑥、生地を4mmの厚さに延ばして型で抜く、飾りの線を生地に付ける。
- ⑦、オーブン/180度で13～15分焼く。

#### 6. かぼちゃクッキー



(ポイント)  
③の混ぜる、粉っ  
ぼさが少し残って  
いる位が良い。

【材料】 (8人分)	
バター	60g
砂糖	30g
卵	1個
はちみつ	60g
薄力粉	240g
ベーキングパウダー	小1
かぼちゃ(皮付きかぼ ちゃ200gを、裏ごし したもの)	120g
飾り用とき卵	少々

#### 【作り方】

- ①、かぼちゃを厚さ1cmに切り、レンジ1分弱加熱し、柔らかくして皮むき、裏ごしをしておく。
- ②、バターを柔らかくして、砂糖に混ぜる。
- ③、蜂蜜、かぼちゃ(裏ごししたもの)を入れ混ぜる。
- ④、卵を入れる。
- ⑤、薄力粉を入れ、ひとまとめにする。
- ⑥、生地を4mmの厚さに延ばし型で抜く
- ⑦、とき卵を塗る。
- ⑧、オーブン/180度で13～15分焼く。

memo

