

(1) バナナプリンケーキ (フランス名：Far)

《材料》 (18cm ラウンド型 1 個あたり)

※ 型は底が抜けないものを使う
(生地が流れないように)

・小麦粉	60 g
・砂糖	150 g
・牛乳	200 c c
・生クリーム	100 c c
・卵 (L サイズ)	3 個
・バナナ (トッピング用)	2 本
・バニラエッセンス	少々



《作り方》

【準備】・オーブンを 170℃ に余熱しておく

・やかんでお湯を沸かす (オーブンの天板にお湯をはる時に使用)

- ① ボールに小麦粉と砂糖を入れてまぜ、その中に牛乳を少しずつ入れてかき混ぜる
- ② ①に卵を入れてかき混ぜ、さらに生クリームをいれる
- ③ バニラエッセンスを数滴振り入れる
- ④ 型の中 (底と側面) にサラダオイルを塗り、小麦粉を茶こしなどで薄く振る
★クッキングシートは絶対に使わないこと!
- ⑤ 生地をもう一度かき混ぜてから型に入れる
- ⑥ バナナを 7mm 位にスライスして、生地にのせる
- ⑦ オーブンの天板に型を置いてお湯をはり、170℃で 25 分位焼いたところで様子を見る。さらに型の方向を変えながら (焼きむらを防ぐため) 30~35 分位焼く
- ⑧ 竹ぐしなどを真ん中に刺して、焼き上がっていたらオーブンから取り出し、冷ます
- ⑨ 型から取り出す (荒熱が取れた後、冷蔵庫で冷やすと、取り出しやすくなる)

〈アレンジ〉

トッピング・・・洋ナシ (缶詰でも OK)

干しぶどう、プルーン (生地に沈み込むので、片寄りに注意)

パイナップルは NG (水分が出るため)

※ フルーツを使わずに、シナモンを生地に混ぜ込んで良い

〈× モ〉