

# バレンタインにいかがですか？ ガトーショコラ



食物調理科 2年  
米井夢那さん・下山咲月さん

焼き時間を短めにする  
としっとり、しっかり  
焼くとサクサクとした食  
感を楽しめます。中にミ  
ックスベリーを入れて甘  
酸っぱさを楽しむのもお  
すすめです。ナッツや生  
チョコレート、バナナな  
どを入れてもおいしいで  
すよ。

今月の  
津山産食材  
小麦



津山東高校  
**地産地消**  
vol.3 レシピ



悶秘書広報室 ☎32-2029

**【材料】** (直径5cmのカップ8個分) チョコレート…60g、無塩バター…60g、卵 (L玉) …1個、グラニュー糖…30g、小麦粉 (薄力粉…60g、お好みの飾り (ミックスベリー (冷凍) …適量、粉砂糖…適量、ミントの葉…適量、生クリーム…50ml (砂糖5gを加える)、ラズベリーソース…適量 など)

**【作り方】** ①チョコレートとバターを一緒に湯せんにかけて溶かす。②卵を割りほぐし、グラニュー糖を加えてしっかり泡立てる。③①に②を加えて混ぜ、振った小麦粉を加えてさっくり混ぜる。④カップに③を入れ、170℃のオーブンで10分程度焼く。⑤お好みの飾りを添える。

※ミックスベリーを入れる場合は、④で③と一緒にカップ1個につき10g程度入れて焼く

【イラスト・レシピ作成：津山東高校】