

# 大阪エコ農産物 と な に わ 特 産 品 レ シ ピ 『なすチョコカップケーキ』



食物栄養学科  
健康実践栄養士課程  
1回生

 帝塚山学院大学

作 林 瑞 希

## なすチョコカップケーキ

### 材料 (5 個分)

なす	100g
生クリーム	20mL
卵 (M)	1 個
砂糖	30g
はちみつ	10g
サラダ油	20g
薄力粉*	60g
ココアパウダー*	
	大きじ 1 (6g)
ベーキングパウダー*	
	小さじ 1 (4g)
チョコレート	1 枚 (約 60g)
生クリーム	60mL

### 作り方 (作業時間 約 25 分)

1. 粉類 (\*印がついたもの) をあわせてふるう。
2. なすは洗って軽く揉み、電子レンジで加熱して、粗熱をとる。(500W で 30 秒)
3. 水気を絞ってミキサーに入れ、生クリームを加えてペースト状になるまで混ぜる。
4. ボウルに卵、砂糖、蜂蜜を入れ、泡だて器でよく混ぜる。
5. サラダ油を混ぜながら少しずつ加える。
6. ナスペーストを加えてさらに混ぜる。
7. 粉類を加え、へらで切るように混ぜる。
8. カップケーキ型 (小) に生地を入れ、180℃ に予熱したオーブンで 10~15 分焼く。
9. チョコレートを細かく刻み、沸騰直前まで温めた生クリームに加えて溶かす。
10. 粗熱をとったケーキに「9」をかける。