



## くるみ入り ガトーショコラ



〈直径16cmの型 1台分〉

- A〔●森永 カカオ73%チョコレート…1枚(50g)  
●食塩不使用バター…45g〕
- 生クリーム(乳脂47%)…30g
- B〔●卵黄…2個 ●砂糖…34g〕
- C〔●ココアパウダー…34g ●薄力粉…16g〕
- D〔●卵白…2個 ●砂糖…54g〕
- くるみ…50g
- お好みで ●苺…6粒
- ホイップクリーム (生クリーム…100cc  
砂糖…15g)

※苺とホイップクリームを添え、6等分した場合の栄養量です。

栄養量	エネルギー	382kcal	脂質	28.7g	食塩相当量	0.1g
	たんぱく質	5.8g	炭水化物	28.7g		

- ①④をボウルに入れ、湯せんにかけて溶かします。
- ②⑥をボウルに入れ、砂糖が溶けるまで泡立てます。
- ③生クリームをボウルか茶碗などに入れ湯せんで温めます。
- ④⑥の粉をふるいでふるっておきます。
- ⑤⑦でメレンゲを作ります。卵白を泡立て、白くなってきたら砂糖を1/3量加え更に泡立てます。泡がもつたりしてきたら砂糖1/3量加え更に泡立てます。つのが立つようになったら残りの砂糖を加え、つやのある堅いメレンゲになるまでしっかり泡立てます。



- ⑦ケーキ型(φ16cm)にくるみを入れ⑥の生地を流し、160℃に予熱したオーブンで30~35分、竹串を刺してみても生地が付かなくなるまで焼きます。
- ⑧好みで苺、ホイップクリームを添えます。