

親子でつくれるかんたんパンプキンチーズケーキ

★材料(18cm丸型 1 台分 6 人分)	
かぼちゃ	400g(1/4 個)
生クリーム	200cc
クリームチーズ	200g
砂糖	80g
全卵	3 個
薄力粉	20g



準備…かぼちゃの種とワタを取る。金型の場合は型にクッキングシートを敷く。

① かぼちゃをラップでふんわりと包んで 600wのレンジで 5 分ほど加熱する。

その後、ボウルに移して、熱いうちに皮を取り除く。

この時、やけどしないように注意！500wの場合には 6 分加熱。

【ミキサーやブレンダーを使用する場合】

② かぼちゃのボウルに、他すべての材料を入れ、滑らかになるまでよく混ぜる。

③ 型に流し込んで180℃に予熱したオーブンで、約 50 分焼く。

あら熱がとれたら、ひと晩、冷蔵庫で冷ます。炊飯器を使用する場合には、早炊き×3 回。

【泡だて器を使用する場合】

② かぼちゃのボウルに、生クリームを 3 回に分けて混ぜてから、裏ごしする。…A

③ 別のボウルにクリームチーズ、砂糖を入れて混ぜる。

④ 卵を1個ずつ加えて、都度混ぜる。薄力粉をふるい入れて混ぜる。…B

⑤ A のかぼちゃクリームを B に加えて混ぜる。

⑥ 型に流し込んで180℃に予熱したオーブンで、約 50 分焼く。