

ダブルチーズマフィン

食生活に牛乳・乳製品を取り入れましょう



分類：デザート

調理時間：約30分

一人分栄養量

	1食分	1日の目標量 (15歳～17歳)	
		男子	女子
エネルギー(kcal)	239	2800	2300
たんぱく質(g)	5.5	65	55
脂質(g)	10.5	78	64
食塩相当量(g)	0.3	7.5	6.5

材料:直径6cmマフィン型10個分

クリームチーズ	50g
粉チーズ	40g
バター(食塩不使用)	70g
砂糖	120g
牛乳	60ml
〔A〕 卵	1個
〔A〕 卵黄	1個分
〔B〕 薄力粉	220g
〔B〕 ベーキングパウダー	小さじ1・1/2
トッピング用粉チーズ	大さじ1



※ホットケーキミックスで作る場合は、卵とベーキングパウダーは加えない。

作り方

- ①クリームチーズとバターは室温に戻しておく
- ②ボウルに①を入れ、クリーム状になるまで練り、砂糖を加え白っぽくなるまでよく混ぜる。
- ③①を混ぜ合わせ、②に3～4回に分けて加え、その都度よく混ぜ合わせる。



-
- ④別のボウルに③を合わせてふるい、粉チーズを混ぜる。
 - ⑤③に④の半量を加え、粉っぽさがなくなるまでさっくりと合わせる。
 - ⑥⑤に牛乳を加えよくなじむまで混ぜ合わせ、残りの④を加え混ぜる。



-
- ⑦型に入れ、粉チーズをふり、180℃に予熱したオーブンで約25分焼く。

