

豆腐のスフレチーズケーキ

- ◇ 見た目はバークドチーズケーキですが、しっとり感が違います。
- ◇ 材料に豆腐が入っていますが、その味を全く感じません。

エネルギー 195kcal (10 切分の1)

難易度 ★★★

アレルギー：卵・乳・大豆



材料

(直径18cm 丸型サイズ 1 個分)

◆A

絹ごし豆腐……200g
クリームチーズ……120g
プレーンヨーグルト……240g
卵黄……3 個分
レモン汁……レモン 1/2 個分
コーンスターチ……40g
砂糖……80g

◆B

卵白……3 個分
砂糖……40g

◆C

粉寒天……0.5g
水……50ml
アプリコットジャム……20g

下準備

- Aの豆腐はキッチンペーパーに包んで余分な水分をきっておきます。
- Aのクリームチーズは2~3cm 角のさいの目に切って室温に戻しておく
(戻し忘れ、時間がない場合は電子レンジ 500W で 10~15 秒温める)
- Aのレモンは絞り器で絞って汁を茶こしで漉しておきます。

アドバイス

- ミキサーではしっかりミキシングしましょう。それでも稀にチーズなどの塊が残っていることがありますので、ミキサーからボウルに生地を流し込む際にはざるなどを使うとよいでしょう。
- メレンゲは 7 分立て(=角が立つか立たない程度)でとどめておきます。メレンゲが強すぎるとふんわり感が弱くなります。

作り方

- ① 生地作り A をすべてミキサー容器に入れてミキサーをかけます。
- ② B の卵白を泡立て、砂糖を 2 回に分けて加えメレンゲを作ります。
- ③ ①をボウルに移し、②のメレンゲを半量加え、「の」の字を描くように混ぜ、ある程度混ぜると残りも加えて混ぜます。
- ④ 焼成 クッキングシートを敷いた型に③を流し入れ、ガススチームコンベクションオーブン(※)で 180℃(コンビネーションモード)、30 分焼きます。
- ⑤ 焼きあがれば粗熱を取ってしばらく置きます。
- ⑥ 仕上げ 鍋に C の水と粉寒天を入れて火にかけて沸騰させます。沸騰したらアプリコットジャムを加えよく混ぜ寒天溶液を作ります。ジャムの果肉を取り除く場合は、鍋から別容器に移す際に茶こしを使って漉します。
- ⑦ ⑤の表面に⑥が熱いうちに均一になるよう素早く流し入れ、冷蔵庫で冷やします。

(※)家庭用の電子オーブンを利用する場合は、湯煎焼き(天板にお湯を張って焼く方法)にします。調理時間はもう少し長くなりますが、出来具合を見ながら調整しましょう。