

くるみとレーズンの

キャロット

パウンドケーキ



POINT

にんじんは、水っぽくなるのを防ぐためフードプロセッサーではなく、おろし器ですりおろしてください。

調理時間
25分

1切分(レシピ1/8量で) *カロリー: 161kcal *食塩相当量: 0.2g
※焼く時間を除く

材料(18cm×9cm×6cmのパウンドケーキ型1台分)

産直 にんじん(すりおろす)	薄力粉……………110g
……………中1本(150g)	② ベーキングパウダー…小さじ1
たまご……………2個	レーズン……………20g
① 砂糖……………60g	③ くるみ(乾煎りして粗く刻む)
オリーブ油……………大さじ2	……………20g
	粉糖(お好みで)……………適宜

- ①をボウルに入れて混ぜ、オリーブ油を少しずつ入れて都度混ぜる。
- にんじんも加えて混ぜ合わせたら、②をふるい入れてさらに混ぜる。
- 最後に③を入れて混ぜ合わせ、オーブン用シートを敷き込んだパウンド型に流し入れる。
- 180度に予熱しておいたオーブンで35分程焼き、型から外してケーキクーラーなどにのせて冷まし、お好みで粉糖をふる。

PICK UP

レシピで使用した商品を、
P. 2~3で詳しく
ご紹介しています



産直
にんじん

やみつぎ

ベイクドキャロット



POINT

にんじんをじっくり焼くことで甘味とうま味を引き出します。

お好みで、ハーブソルトや粉チーズをかけてもおいしくお召し上がりいただけます。

調理時間
20分

1人分(レシピ1/2量で) *カロリー: 148kcal *食塩相当量: 0.3g

材料(2人分)

産直 にんじん	塩、こしょう……………各適量
……………中2本(300g)	バター……………10g
① にんにく(包丁で潰す)…1片	イタリアンパセリ……………適量
オリーブ油……………大さじ1	

- にんじんは皮つきのままヘタを切り落として長さを半分になり、ヘタ側は縦半分にしてさらに縦に3等分に、下側は縦4等分に切る。
- フライパンに①を入れて弱火にかけ、香りが立ってきたらにんにくを取り出し、①の断面を下にして入れる。
- 塩、こしょうをして両面それぞれ中火で3~4分程度じっくり焼き、時々転がしながら弱火で10分ほどふたをして焼く。
- 仕上げにバターを絡めたら火を止め、器に盛ってイタリアンパセリを飾る。