

抹茶ケーキ



(材料)

クラスト

アーモンド50g

デーツ40g

ローカカオパウダー大1

天然塩一つまみ

フィリング

ローカシューナッツ120g

ココナッツオイル50g

水100g

抹茶パウダー大2

メープルシロップ大3

白みそ小1

(作り方)

- 1、 クラストを作る⇒クラストの材料を全てFPで混ぜる。
- 2、 ケーキ型にしっかり押し付けて表面を滑らかにする。
- 3、 2に「デーツあん」を適量乗せて伸ばす。(薄いほうが良い)
- 4、 フィリングを作る⇒ココナッツオイル以外の材料をFPで5分混ぜて滑らかにする。
- 5、 最後にココナッツオイルを入れる。
- 6、 3のクラストに4のフィリングを入れすこし揺すって表面を平らにする。
- 7、 4時間冷凍する。
- 8、 トッピングに抹茶パウダーを使う。デーツあんを添えてもよい。
- 9、 「デーツあん」⇒デーツ100g (一晩浸水)、水50g、メープルシロップ50g (ベリーダーク)。

※ナッツは一晩浸水させる。酵素阻害物質を除去。