

試合や練習を頑張った自分へのご褒美に食べたくなるメニュー



栄養価 (1人分)	
エネルギー	241kcal
たんぱく質	4.3g
脂質	3.9g
炭水化物	53.5g
糖質	53.0g
食物繊維	0.5g
食塩相当量	0.3g

## 皆で楽しめる!! 夢も溢れるピニャータケーキ

ギルティーなイメージのあるお菓子を思う存分食べてほしいという思いから考えました。くす玉を意味するピニャータをイメージして、ケーキにお菓子をたくさん詰めることで、楽しく食べてもらいたいという思いを込めました。

### 材料 (8人分)

#### シフォンケーキ

卵	3個
砂糖	80g
水	80g
ホットケーキミックス	100g

#### クリーム

冷凍ホイップ	75g
卵白	50g
砂糖	100g
水	80g

#### 飾り

白桃缶	80g
ストロベリーソース	10g

#### ケーキ中身

ラムネ	脂質の低い菓子 1カップ程度
グミ	
マシュマロなど	

### 手順

\*オーブンを170℃に温めておく。

- 1 <シフォンケーキ> 卵は室温に戻しておく。
- 2 1の卵を黄身と白身に分けてボウルに入れ、黄身のボウルに半量の砂糖と、分量の水を入れ混ぜ、さらにホットケーキミックスを入れ、よく混ぜ合わせる。
- 3 白身のボウルはハンドミキサーで泡立て、白っぽくなってきたら残りの砂糖を2回に分けて入れ、ボウルをひっくり返しても流れ落ちない程度にしっかり泡立てる。
- 4 2と3をさっくり混ぜ、だまがなくなったら、型に流し、竹串をさして、3周程度かき混ぜ空気を抜く。
- 5 170℃に温めたオーブンで30~40分焼く。竹串をさして、生地がくっつかなければ焼き上がり。ひっくり返して冷ます。
- 6 <クリーム> 冷凍ホイップは冷蔵庫で解凍しておく。
- 7 鍋に分量の水と砂糖を入れ火にかけて、121℃まで温める。
- 8 卵白をハンドミキサーで泡立て、白っぽくなったら7のシロップを熱いまさ少しずつ入れ、さらに泡立ってしっかり角が立つまで泡立てる。
- 9 8を冷まし、6のホイップと混ぜる。
- 10 5のシフォンケーキを型から外し、底が平らになるようカットし、真ん中にお好みの菓子を入れ、カットした生地で真ん中にふたをする。
- 11 白桃缶のシロップを切り、スライスする。
- 12 生地全体にクリームを塗り、11の白桃を並べ、ストロベリーソースをかけて完成。

### エームサービス株式会社からのコメント

ピニャータとは、中南米が発祥のお祝い事によく使われるくす玉のようなもので、中にはキャンディなどのお菓子やおもちゃが詰められています。これをケーキに見立てて、お菓子を詰め込みました。ケーキを切り分けると中から、お菓子がゴロゴロとこぼれて、びっくり! そして楽しい! サプライズや日頃の頑張りへのご褒美にぴったりです。ケーキに仕込むお菓子は、脂質の少ないものをお好みで選んでいただき、カットした時の驚く顔を想像しながら詰めてください。自身も周りも笑顔にする楽しいケーキからは、笑顔も夢もこぼれてきます。