

歯に良い♪ししぴ

紹介団体：北海道庁保健福祉部健康安全局



お芋の ホワイトレアチーズ

卵白と砂糖が原料の“マシュマロ”を活用したチーズケーキです。クリームチーズでCaたっぷり!!
又、じゃが芋を角切りにして加える事で、通常のチーズケーキよりも噛む事を意識して味わえるケーキになっています。

◆材料（4人分）

15cm丸型1台分

ビスケット・・・60g

バター・・・40g

マシュマロ・・・200g

水・・・100cc

クリームチーズ・・・200g

生クリーム・・・100cc

卵黄・・・1個 ★

レモン汁・・・大さじ1

◆つくり方

- ① ビスケットをビニール袋に入れて細かく砕き、溶かしバターを加えて型の底にしっかり押し付けるように敷き詰める。これを170℃のオーブンで5分程度焼いて冷ましておく。
- ② 鍋にマシュマロと水を入れ、泡立たないように弱火で溶かして粗熱をとる。じゃが芋は角切りにして7分程度に火が通るように下ゆでしておく。
- ③ ボウルに常温に戻しておいたクリームチーズを入れて泡立て器でクリーム状に練り、★の材料を混ぜる。ここに②のマシュマロ液と芋を加え混ぜ、①の型に流してラップをし、冷蔵庫で冷やし固める。

スタッフコラム

こんにちは。受付の近です。

今年に入って早くも1ヶ月が過ぎましたね。本当に早いですね(≥▽≤)

インフルエンザも流行ってきているのでみなさんも手洗いうがいをして元気にこの時期を乗り越えましょう～

私は、餅を食べて乗り越えます！笑

