



Muffin alla vegana

チェチ粉 (ひよこ豆粉) のマフィン



【材料】

(A) ※軟質小麦 (ジェンティルロッソ)	150g
砂糖	35g
ベーキングパウダー	7g
塩	ひとつまみ
(B) ※チェチ粉	10g
豆乳	75g
アサクラ EVO	3g
メープルシロップ	15g
	(はちみつでもOK)
バニラエッセンス	少々
(C) 豆乳	80g
※アサクラ EVO	40g

※はアサクラアイテム

※塩はアサクラおすすめの

コンチエントラートデルマーレ

YouTube／アサクラ CHANNEL ライブクッキング vol. 239

【作り方】

(カスタード液をつくる／B の材料)

- 1) 小鍋に豆乳、油、メープルシロップを入れ中火にかける
- 2) 沸いてきたら弱火にしチェチ粉を入れ木ベラなどでよく混ぜながら溶かす
- 3) 鍋を火からおろしバニラエッセンスを振り入れブレンダーでよく攪拌してからボウルに移して冷ます

(マフィン生地)

※オーブンを 190℃で予熱する。

- 4) カスタード液が冷めたら(C)の材料を混ぜ合わせブレンダーで攪拌する
- 5) 更に(A)の材料全て加えてゴムベラなどでよく混ぜ合わせマフィン型に入れオーブンに入れる
- 6) オーブンの温度を 180℃に下げ 25 分程度焼く

焼き上がりの見極めは竹ぐしなどで刺して生地がついてこなければ OK