

# まるごとパンプキン

## 材料 (8コ分)

かぼちゃ皮つき種抜き	400	g
薄力粉	150	g
ベーキングパウダー	小さじ	1/2
かぼちゃの実		
砂糖	大さじ	1
バター	20	g
かぼちゃの皮		
バター	50	g
砂糖	50	g
① 卵黄	1	コ分
牛乳	少々	



## 作り方

準備

- 薄力粉とベーキングパウダーを合わせてふるいにかける。
- かぼちゃをサイコロ状にカットしレンジで柔らかくなるまで加熱する。
- かぼちゃの実が温かい内に砂糖とバターを加えよく混ぜる。これを8コに分ける。
- かぼちゃの皮で幅2~3mm、長さ1~2cmの長方形を8本用意する。
- 残りの皮をフォークなどでつぶし、砂糖を加え混ぜる。バターをレンジで溶かし加え、さらに混ぜる。
- ③に薄力粉を加えさっくりと混ぜ合わせる。これを8コに分ける。
- ④を丸めて平らに伸ばし①の餡を乗せて包み込む。
- 竹串等で丸めた表面にかぼちゃの筋をつけて形を整える。かぼちゃの中央に茎に見立てた皮を刺す。かぼちゃの表面に①を塗る
- 170度に予熱したオーブンで15~18分焼く。焼き色がつけば取り出しケーキクーラーの上で冷ます。

エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	カルシウム	塩分
217 kcal	3 g	9 g	33 g	18 mg	0,2 g