

カラマンダリン ガレット

1人分 336Kcal



【材料（4人分）】

①	そば粉	150g
	卵 1個	
	塩	ひとつまみ
	水	400cc
	カラマンダリンの皮（みじん）	適量
	牛乳	130cc
	砂糖	35g
	卵黄	2個
	小麦粉	10g
	バニラエッセンス	少々
	カラマンダリンの皮（みじん）	適量
	カラマンダリン	2個
	チョコシロップ	少々
	粉砂糖	少々
	ミント	少々
	バター	少々

【作り方】

- ① ボウルに①の材料を入れてよく混ぜ一晩ねかせる。
- ② 鍋に牛乳と分量の砂糖の1/3の砂糖を加え少し温める。
- ③ボウルに卵黄を入れ、残している砂糖を少しずつ入れよく混ぜ②の牛乳を加え、更にふるった小麦粉を加えてまぜる。
- ④③を鍋に入れ、弱火でゆっくり混ぜ、とろみがつけばカラマンダリンの皮（みじん切り）を入れ火を止め冷やす。
- ⑤フライパンに薄くバターをぬり①を薄く焼く。
- ⑥⑤の中心に④を広げ、形を整え薄切りしたカラマンダリンを飾り、チョコシロップや粉砂糖をかけ、ミントを添えていただく。

- * ビタミンC クエン酸が多い。
- * みかんは好みのものを使用してもOKです。
- * カラマンダリンの旬は5月。