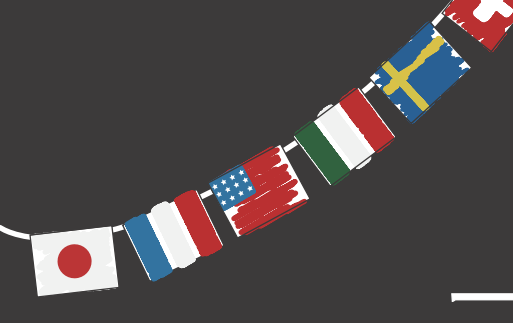




時短料理研究家
若菜まりえ監修

—おうちで世界一周— レンジで作る！ 家族が喜ぶ世界の旨ごはん



濃厚リッチなチョコケーキ



材 料（4 ～ 5 人分）

板チョコ（ミルク）	3 枚（150g）
バター	75g
砂糖	75g
卵（M 玉）	3 個（殻むき後 150g）
純ココア	30g
粉糖（仕上げ用）	適宜

※バターは有塩・無塩どちらでもよいです。

使用した容器：幅 20.5× 奥 8.3× 高さ 6(cm)

満水容量 850mL のパウンド型

（品番 HPND-85）

作 り 方

- 1 耐熱ガラスボウルに細かく割った板チョコ 3 枚と、小さく切ったバター 75g を入れ、ふんわりラップをかぶせ 600w の電子レンジに 2 分かける。
- 2 泡だて器かヘラでよく混ぜ、チョコレートを溶かす。チョコレートが溶けにくい場合は、10 秒ずつ追加でレンジにかけ溶かす。全体がなめらかになるまで混ぜる。
- 3 砂糖 75g を入れ泡だて器かヘラでよく混ぜる。
- 4 卵は 1 個ずついれ、なめらかになるまで泡だて器かヘラでよく混ぜる。
- 5 純ココア 30g を振り入れ、なめらかになるまで泡だて器かヘラでよく混ぜる。
- 6 クッキングシートを敷いたパウンド型（850mL）に 5 を流し込み、ふんわりラップをかぶせ 600w の電子レンジに 4 分 30 秒かける。
- 7 取り出して、粗熱が取れるまで冷まし、粉糖をふりかけて、できあがり。

※卵は L 玉を使うと卵感が強くなりすぎるので M 玉を使ってください。L 玉しかないときは、白身を減らして正味 150g にしてください。

※加熱後すこし生っぽい部分があった場合、5 分くらい置いておくと余熱で火が通ります。すべて加熱なしで食べられる食材なので、一部がとろっと生っぽい場合、とろっと感を楽しみながらお召し上がりいただけます。（※外国産の卵をお使いになる場合には、追加で加熱して火を通してください）

※冷蔵保存：3 日間