



柿のガトーインビジブル

柿は、加熱することでリラックス効果があるGABAや、血流改善効果のあるシトルリンの効果がアップします。ガトーインビジブルにアレンジすれば、綺麗な断面と濃厚な甘味を楽しめます。

【材料】

柿（種無し）	2個
卵	2個
グラニュー糖	35g
薄力粉	80g
牛乳	60cc
バター	50g
粉糖	適量

【作り方】

1. 柿は皮やヘタを除いてから薄くスライスする。
2. ボウルに卵、グラニュー糖を入れてよく混ぜる。薄力粉を振るいながら加え全体を混ぜたら、牛乳と溶かしバター、1の柿を加える。生地がまんべんなく行き渡るようにさっくりと混ぜる。
3. 焼き型にクッキングシートを敷き、2を柿がミルフィーユ状に重なるようにしながら流し入れる。
4. 170度のオーブンで約50分焼く。焼き上がったら粗熱を取り、冷蔵庫でしっかりと冷やし、粉糖を振る。