

ガトー南瓜ショコラ

作成日	2023/11/2	修正日
-----	-----------	-----



栄養成分表示 (50gあたり)
エネルギー: 74kcal
たんぱく質: 2.5g
脂質: 2.9g
炭水化物: 11.0g
ナトリウム: 19mg
(食塩相当量 0.1g)

【日本食品標準成分表2020より算出】

ホテルパン種類:	40mm、穴あき	使用推奨備品:	オーブンシート
材料: ()内は2/3ホテルパン分量			
かぼちゃ (皮なし一口大)	900g (600g)	卵	300g (200g)
牛乳	600g (400g)	(A) 上白糖	120g (80g)
チョコ(刻む)	120g (80g)	ココアパウダー	90g (60g)
工程(使用機器)	調理手順		
下処理	①	かぼちゃは穴あきホテルパンに乗せ、加熱後熱いうちに潰します。 スチームモード(120)°C・(15)分・風量(3)	
	②	牛乳は60°C以下に温め、チョコを入れ溶かします。	
	③	①をボールに入れ、(A)を混ぜ、②を少しずつ入れ溶きのばします	
加熱調理 (スチームコンベクション)	④	40mmのホテルパンにオーブンシートを敷き、③を平らに流し焼きます。 ホットモード(180)°C・(15)分・風量(1)	
盛付・提供	⑤	ブラストチラーでよく冷やし切り分けて、器に盛り付け提供します。	
出来上り重量: ()内は2/3ホテルパン	約2000g (約1300g)	想定食数: ()内は2/3ホテルパン	50g×40人分 (26人分)

考案	野中	作成	河口
----	----	----	----

ポイント: ③の工程はフードプロセッサーにかけて混ぜても良いです。