

# クリーミーチーズプリン



Creamy cheese pudding

ヘルシーシェフのオート機能を使用した  
クリーミーなチーズプリンです。

[材料(直径7.5cm、高さ5.5cmの  
耐熱性ガラス容器4個分)]

クリームチーズ(室温にもどす)…80g

砂糖…40g

卵(溶きほぐす)…1個

牛乳…100mL

生クリーム…100mL

生クリーム…大さじ1

ブルーベリー…4粒

[作りかた]

1 給水タンクに満水ラインまで  
水を入れてセットする。

2 ボウルにクリームチーズと砂  
糖を入れ、泡立て器でなめら  
かになるまですり混ぜる。

3 溶きほぐした卵を加え混ぜる。

4 牛乳と生クリーム(100mL)  
を加え混ぜ、ざるでこし、耐熱  
容器に分け入れる。

5 脚を閉じたグリル皿に厚めの

ペーパータオルを2枚重ねにし  
て敷き、水50mLを注ぎ入れ  
4を中央に寄せて並べてグリル  
皿ふたをセットしふたの蒸気取  
入れ口をスチーム噴出口に合  
わせるようにし、テーブルブ  
レーに置き、[料理集から▶](#)

[調理分類▶](#) [スイーツ▶](#) [ブリ  
ン▶](#) [クリーミーチーズプリン▶](#)で  
加熱し、30分以上冷蔵室で冷  
やす。

6 ボウルに生クリーム(大さじ1)  
を入れ泡立て器で8分立てに  
泡立て、5の上にのせ、さらに  
ブルーベリーを飾る。

[ひとくちメモ]

加熱が足りなかったときは、加熱が  
十分な物をグリル皿から取り出し  
てからグリル皿ふたをセットして追  
加加熱します。

