



適温調理

焼き物

設定温度の目安
170℃

材料（6～8枚分）

<生地>

薄力粉	80g
グラニュー糖	30g
卵	2個
牛乳	200mL
バター（溶かしたもの）	20g

<ソース>

バター	20g
100%オレンジジュース	80mL
グラニュー糖	30g
オレンジ果肉	オレンジ1個分
ミント	適量

材料（3～4枚分）

<生地>

薄力粉	40g
グラニュー糖	15g
卵	1個
牛乳	100mL
バター（溶かしたもの）	10g

<ソース>

バター	10g
100%オレンジジュース	40mL
グラニュー糖	15g
オレンジ果肉	オレンジ1/2個分
ミント	適量

作り方

- ボウルに薄力粉とグラニュー糖を入れ、卵を加えて混ぜ合わせる。
- 人肌に温めた牛乳とバターを入れて混ぜる。
- フライパンをIHヒーターの中央に置き、メニューの「焼き物」**「170℃」**を選び、「スタート」ボタンを押す。
- 表示部に**「適温」**が表示されたら、生地を入れ両面を焼く。
- フライパンにバター、オレンジジュース、グラニュー糖を入れ、**「強火」**で加熱し、全体が沸とうしてバターが溶けたら**「弱火」**にする。
- 5**のフライパンに4つ折りにした生地を並べ、スプーンでソースを回しかけながら煮る。
- 軽く煮込んでソースが生地にしみ込んだらフライパンから取り出し、残りの生地を並べて同様に煮込む。
- 仕上げにオレンジ果肉とミントを飾る。