



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. 深めの耐熱容器にAを入れ、小麦粉小さじ1（分量外）をふるい入れ、おいをしないでレンジ 600W 3分30秒～4分30秒で加熱し、十分沸とうさせる。
3. ②に材料の飛び散りに注意して小麦粉を一度に加え、木しゃもじでよく混ぜてレンジ 600W 約1分で加熱する。



4. ③に卵1/3量を加え、よく混ぜてもち状にねり上げる。



5. ④に残りの卵を少しずつ加えてよくなる。木しゃもじで生地をすくい上げたとき、2～3秒後にゆっくり落ちてくるかたさになったら卵を入れるのをやめる。



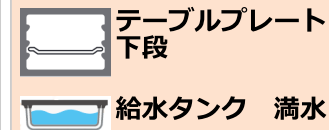
加熱の目安

予熱：約16分@加熱：約32分

1回に作れる分量

8個分

使用付属品



カロリー

259kcal

塩分

0.3g

※カロリーと塩分は1人分または1回に作れる分量の値です。
このレシピはMRO-S8A対応レシピです。

注意



指示

バターと水を加熱するとき飛び散ることがあります@バターを大きなかたまりのまま加熱すると飛び散ります@深めの耐熱容器を使い、バターは3～4個に切って水と一緒に入れて、小麦粉小さじ1をふり入れて加熱すると飛び散りを防ぐことができます

材料

小麦粉（薄力粉、ふるっておく）

8個分

A バター（3～4個に切る）

40g

A 水

40g

卵（溶きほぐす）

75mL

3個

カスタードクリーム

適量

ホイップクリーム、粉砂糖

各適量

シュークリームのコツ

バターと水は十分に沸とうさせる

沸とうが足りないと焼き色が濃く、ふくらみが悪くなります。

卵は生地の熱うちに混ぜる

生地が冷めると卵の入る量が少なくなり、上手に焼き上がりません。

加える卵の量は

少な過ぎると、形が小さく、焼き色も濃くなります。逆に多いとふくらまず、平べったい仕上がりになります。生地のかたさは作りかた⑤を参照し、最後の調整は卵を数滴ずつ加えて行います。（卵が残る場合があります。）

生地に霧を吹く

予熱が終了するまでの間に、生地の表面の乾燥を防ぐために、霧を吹いておきます。

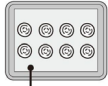
加熱が足りなかったときは

オープン 予熱無 210℃で様子を見ながら加熱します。

焼きむらが気になるときは

残り時間8～10分でテーブルプレートの前後を入れかえます。

6. ⑤を直径1cmの口金をつけた絞り出し袋に入れる。取り外したテールプレートにアルミホイルを敷き、薄くバター（分量外）を塗り、直径3～4cmの大きさを8個絞り出す。



アルミホイル

7. 食品を入れずに **スイーツパン** **91 シュークリーム** で予熱する。
8. 予熱終了音が鳴ったら、やけどに注意して、⑥を**下段**に入れ、加熱する。
9. 焼き上がったらずちにアルミホイルから外し、十分に冷ましてから切り目を入れて**カスタードクリーム**とホイップクリームを詰め、仕上げに粉砂糖をふる。