



作りかた

1. 型にバター(分量外)を塗って硫酸紙(ケーキ用型紙)を底と側面にぴったりと敷く。
2. 耐熱ガラスボウルにチョコレートとバターを入れ **レンジ 200W 3分30秒~4分** で加熱し、よくかき混ぜてなめらかにする。
3. 別のボウルに卵黄とグラニュー糖1/2量を入れ、泡だて器で白っぽくなるまで混ぜ合わせる。
4. ③に②を加えて混ぜ合わせ、生クリームを加えてさらに混ぜ合わせる。
5. 別のボウルに卵白を入れ、七分通り泡立て残りのグラニュー糖を2回に分けて加え、ハンドミキサーでツノが立つまで泡立てる。
6. ④にAをふるい入れゴムべらでねらないように、粉けがなくなるまでボウルの底からすくいあげるようにしてさっくりと混ぜる。
7. 食品を入れずに **093 ガトーショコラ** で予熱する。
8. ⑥に⑤を3回に分けて加え、つやが出てなめらかな状態になるまで、さっくりと泡をこわさないように生地となじませながら混ぜる。

加熱の目安

予熱：約8分
加熱：約40分

1回に作れる分量

型1個分

使用付属品



カロリー

1762kcal

塩分

0.7g

※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-WIB対応レシピです。

材料

ブラックチョコレート(カカオ分66%程度の物、刻む)

直径15cmの金属製ケーキ型1個分

無塩バター

65g

A ココアパウダー

52g

A 薄力粉

36g

卵黄(室温に戻す)

16g

グラニュー糖

3個分

生クリーム(室温に戻す)

100g

卵白

40g

<仕上げ用> 粉砂糖

3個分

適量

ガトーショコラのコツ

ブラックチョコレートは

カカオ分約40%程度の物でも作れます。

メレンゲは

かたく泡立てると生地と混ざりにくくなります。ツノが立ったら泡立てをやめ、やわらかいメレンゲを使います。

作りかた②の溶かしチョコレートは

約60℃を保つようにします。冷めてしまったときは **レンジ 200W** で様子を見ながら加熱するか、湯煎であたためて調節します。

9. ①に⑧の生地を流し入れ、かるくたたいて空気を抜く。

10. 予熱終了音が鳴ったら、やけどに注意して、⑨を**下段**に入れ、加熱する。

11. 加熱後、型ごと10～20cmの高さから落として焼き縮みを防ぎ、型から取り出して硫酸紙をはがす。完全に冷めてから粉砂糖をふる。
