

焼きドーナツ

調理時間 約40分 塩分 0.0g
1人分のエネルギー 従来の調理法と比べ
247kcal ⇒ 140kcal



【材料】9～10個分

卵(L)	1個
砂糖	70g
バター(無塩)	40g
牛乳	36g
レモンの皮(すりおろし)	1/3個分
バニラエッセンス	2～3滴
薄力粉	140g
強力粉	60g
ベーキングパウダー	6g
ナツメグ	0.4g
焦がしバター(無塩)	適量
バター(無塩)・塗り用	適量
シナモンパウダー	適量

【作り方】

- (1) 卵と砂糖を混ぜる。
- (2) 溶かしたバターと牛乳、すりおろしたレモンの皮、バニラエッセンスを(1)に加える。
- (3) 薄力粉、強力粉、ベーキングパウダー、ナツメグをふるって(2)に加え、手またはヘラで軽く合わせ、生地を作る。
- (4) (3)の生地をラップで包み、冷蔵庫で15分以上休ませる。
(成形)
- (5) (4)の生地を厚さ約1cmにのばし、直径6cmの丸い抜き型で抜き、更に中央を直径2cmの型で抜く。
- (6) (5)の生地を室温に戻してから、サバラン型に焦がしたバターを塗り、(5)を入れ、180℃のオーブンで約10～15分焼く。
- (7) 焼きあがった(6)の表面に溶かしたバターを塗り、シナモンパウダーをふる。

【ワンポイント】

- 成形後、表面が乾かないようにラップで覆い、約10分程度、常温で休ませます。

レシピ監修 香川栄養専門学校