



軽食・デザート

+++++ おすすめポイント +++++

・うどんを加えることで、もっちりとした食感になります。

まごショコラ

1人分のエネルギー 366 kcal
たんぱく質 4.8 g 脂質 20.3 g 塩分 0.3 g

+++++ 材料 (2人分) +++++

チョコレート		40 g
生クリーム		25 g
バター		4 g
まごうどん	ゆで	70 g
《コーティング用》		
スイートチョコレート		適量
ココアパウダー		適量

+++++ 下準備 +++++

・バターは室温に戻しておく。

+++++ 作り方 +++++

- ① まごうどんは3分ゆで、冷水で洗ってザルに上げる。
- ② チョコレートは湯煎して溶かし、生クリームは弱火で沸騰寸前まで温め、チョコレートと生クリームを混ぜ合わせる。
※生クリームとチョコレートを混ぜ合わせるときはどちらも温めた状態で行うとよい。
- ③ ②が温かいうちにバターを入れ、混ぜる。
- ④ ③にうどんを入れ全体を混ぜたら、クッキングシートで棒状に包み冷蔵庫で1時
- ⑤ 冷蔵庫から取出し3cm角に切り分ける。
- ⑥ コーティング用のチョコレートを溶かす。
- ⑦ てのひらに溶かしたチョコレートをつけ、⑤をコロコロ転がしてチョコレートをコーティングする。この作業をもう一度繰り返
- ⑧ ココアパウダーを全体的にまぶす。

