

米粉クレープ～ココアバナナ～

食数 1/1 ホテルパン 24g×6人分
...クレープのみ 2/3 ホテルパン 4人分
...クレープのみ

材料		1/1 ホテルパン	2/3 ホテルパン
A	米粉	30g	20g
	コーンスターチ	12g	8g
	調整豆乳	100g	67g
	サラダ油	5g	3.3g
B	純ココア	15g	10g
	上白糖	15g	10g
	調整豆乳	40g	27g
バナナ(4cm)		6切	4切
豆乳入りホイップ(スジャータ)		適宜	適宜



使用ホテルパン ノンスティック20mm
使用推奨備品 オイルスプレー

工程(使用機器)	調理手順
下処理	① 具材のバナナは4cm幅に切り、豆乳入りホイップは上白糖(分量外)を加え、ハンドミキサーで泡立てます。 ② Bを鍋に合わせ、木べらで混ぜながら加熱をし、絞り袋に入れます。[ココアソース] ③ Aをボールに合わせ、生地を作ります。
加熱調理 (スチームコンベクション)	④ ホテルパンを庫内に入れた状態で予熱をかけ、熱いホテルパンを取り出し、薄く油を塗って、数秒置いて粗熱を取ってから③を流し、全面を均一な厚さに伸ばし、加熱します。 コンビ モード・調理温度200℃・調理時間2～3分・蒸気量40%・風量3 ⑤ 粗熱が取れたらクレープをはがし、6等分(4等分)にして、ココアソース、豆乳ホイップ、バナナを入れ、巻きます。
盛付・提供	⑥ 器に盛り付け、提供します。

※ノンスティックホテルパンをお持ちでない方は、オープンシートを使用すれば可能です。オープンシートを敷いたホテルパンに生地を流し、上からオープンシートを挟み込み、出来るだけ均一な厚さになるように伸ばし、加熱します。**コンビ** モード・調理温度180℃・調理時間5～7分・蒸気量60%・風量3 ※ノンスティック加工のホテルパンを使用するよりも、ムラが出来やすいので、しっかり均一に伸ばします。 ※油を塗らなくてもむくつきにくいですが、はがれにくい時は適宜オイルスプレーを振ってから生地を流してください。