生姜のカップケーキ



調理時間	約40分
カロリー	198kcal

材料	(6人分)
生姜	100g
砂糖	250g
水	適量
ホットケーキミックス	150g
卵	1個
牛乳	150ml
ゴマ油	大さじ3
ピンクペッパー	適宜

作り方

1. 生姜は皮ごと2～3mmの厚さに切る。鍋に生姜、砂糖を入れ、生姜がひたひたになるまで水を加えて中火で煮る。沸騰してきたらアクを取り、弱火で煮込む。水分がとろりとして、生姜があめ色になったら火を止める。冷まして、みじん切りにする。
2. ボウルにホットケーキミックス、卵、牛乳を入れて混ぜる。
3. (1)の生姜の砂糖漬け60gにゴマ油をまぶし、(2)に加えてさっくりと混ぜ合わせる。カップに入れ、生姜の砂糖漬け10gと、好みでピンクペッパーを飾る。
4. ココットダッチオーブンにオーブン内網をセットして(3)を並べ、蓋をしてグリルに入れる。
5. 「ココットダッチオーブン」を選択し、タイマーを15分に設定して点火する。消火後、そのままグリルの中で5分余熱する。
6. ココットダッチオーブンから取り出し、粗熱をとる。

生姜の効果で体もぽかぽか暖まりそうです。