

## シュークリーム

合計加熱調理時間 約 **20**分

[1人分：69kcal/ 食塩相当量：0.1 g]

すばやく乾燥で、ふんわり軽い食感の生地に！とろけるクリームとのハーモニーを楽しんで。



## 材料 (45人分 [1人分1個])

&lt;材料a&gt;

水	600cc
無塩バター	240cc
塩	1.5g
薄力粉 (3回ふるう)	240g
卵 (溶きほぐす)	500g
お好みのクリーム	適量

※掲載レシピはクックエブリオ専用のものとなります。

## 分量

45人分 [1人分1個]

テフロン加工ホテルパン1分の1 20mm 3枚分

## 設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度	風量
1	コンビ	0%	20分	180℃	標準

## 作り方

1. 鍋に<材料a>を入れ、火にかけて沸騰させ、薄力粉を加えて木べらでよく混ぜ合わせる。
2. 火から外してさらによく混ぜ合わせる。卵を4～5回に分けてよく混ぜ合わせ、絞り袋に入れる。(生地)
3. 20mmのテフロン加工ホテルパン3枚に2を絞って【設定1】で予熱後、加熱する。
4. そのままスチコン庫内で5分置き、取り出して冷やし、お好みのクリームを詰める。



## 調理ポイント

- ◆庫内に熱風が循環するため、すばやく乾燥焼きができ、シュー皮が軽く仕上がる。
- ◆作り方2の生地は、木べらですくい上げた時、垂れた生地が二等辺三角形になるように硬さを調節すること。