

クリームチーズとお豆腐のスフレチーズケーキ

今日はちょっとリッチにクリームチーズが有るぞ！という日に子どもと作って食べられるケーキはいかがでしょうか？たくさん混ぜ混ぜポイントがあるので、子どもに頑張ってもらいましょう！我が家では先日の父の日に作ってみました。仕上げにアイスを乗せるとさらに特別感が増しますよ。

材料(15 cm 丸型 底が抜けるタイプを使用)

クリームチーズ 150g きな粉 適量
バター 20g バニラアイス 適量
豆腐(今回は木綿) 100g
卵黄 2個分
卵白 3個分
米粉(または薄力粉) 40g
砂糖(今回はてんさい糖) 50g



作り方

- ① クリームチーズとバターを室温に戻しておく。もしくはそれぞれ電子レンジ 600 w で 20 秒ほどあたためる。
- ② クリームチーズをボウルに入れて、ホイッパーで滑らかになるまで混ぜる。それにバター、卵黄を順に入れその都度ホイッパーで混ぜる。
- ③ 別のボウルに豆腐を入れ、ホイッパーでしっかり混ぜる。今回は木綿豆腐を使用したのさらに裏漉しして、②に加えて混ぜる(絹ごし豆腐の場合は②と合わせる前にホイッパーでしっかり混ぜれば、裏漉しはしなくても大丈夫と思います)。
- ④ 米粉を③に入れてさらに混ぜる(薄力粉の場合はふるって入れてください)。
- ⑤ 別のボウルに卵白を入れてハンドミキサーである程度混ぜたら、砂糖を半分ずつ加え、その都度混ぜる。全部混ぜたら、ツノの先がやや垂れて立つまでハンドミキサーでしっかり泡立てる(ハンドミキサーの使用は子どもに注意して下さい)。
- ⑥ ⑤を④に 2-3 回に分けて加え、ゴムベラで優しく混ぜ合わせる。
- ⑦ 型にクッキングシートを敷き、⑥を流し込む。5 cm 程度の高さから型を数回落とし、中の空気を抜く。
- ⑧ オーブンを 100 度に予熱して、その間にお湯を沸かす。また、湯煎焼きにするため、お湯が入り込まないように、型の外側もクッキングシートもしくはアルミホイルでカバーする。
- ⑨ オーブんに型を入れ、その周りにお湯をはる。100 度で 60 分、180 度で 15 分焼く(オーブンの種類によって多少焼き時間が異なるので、足りない場合は 5 分程度追加してください)。
- ⑩ 型のまま粗熱をとり、ラップをして冷蔵庫で冷やす。しっかり冷えたら型から外し、好きな大きさに切る。仕上げにお好みできな粉やアイスクリームと一緒にどうぞ。



追記

今回のチーズケーキにも豆腐を使用したためかヘルシーな仕上がりでした。そのままでは 1 番上の子ども(3 歳)には物足りないようでしたが、2 番目の子ども(2 歳)はおいしいと言って喜んでました。その後ふと思いついてバニラアイスに乗せると、格段に食べが良くなりました。

豆腐は特に水切りはしておらず、ある程度キッチンペーパーで拭き取って使用しました。

1 個分残った卵黄は勿体無いので、前回載せたおやきを次の日に作る際に使用しました。