



# ケーキサレ

## 【作り方】

- ① かぼちゃは7ミリの厚さのいちょう切り、にんじんは5ミリ幅の半月切り  
ブロッコリーは小房に分け小さめに切り、すべて2～3分ゆでる。
- ②ウィンナーはうすく輪切りにする。
- ③パウンド型にオーブンシートを敷いておく。オーブンは180℃に予熱する。
- ④ボウルに卵を割り入れ、牛乳・サラダ油を加えよく混ぜる。
- ⑤別のボウルに薄力粉とベーキングパウダーを合わせてふるいに入れ、粉チーズ、  
塩、カレー粉半分を加える。④の卵液を少しずつ加えながらさっくりと混ぜる。
- ⑥型にゆで野菜を1/3程度並べ、⑤を流し入れ、表面をゴムベラで平らにならす。  
残りのゆで野菜とミニトマトを上から押し入れ、最後に薄切りしたウィンナーを  
上に並べ、カレー粉を振る。アルミ箔でふたをしオーブンで35分焼く。  
ふたを取りさらに3～5分焼く。竹串でさして焼けているか確認する。

## 【材料】

(18cmパウンド型1本分)

- かぼちゃ 70g
- にんじん 1/2本 (75g)
- ブロッコリー 60g
- ウィンナーソーセージ 2本
- 牛乳 50ml
- サラダ油 大さじ2
- 卵 2個
- ミニトマト 6個
- 薄力粉 100g
- ベーキングパウダー 小さじ1/2
- 粉チーズ 大さじ3
- 塩 小さじ1/4
- カレー粉 小さじ1(お好みで)

