



# ◆第14回ゴーヤレシピコンテスト応募用紙◆

タイトル  
トローリ BANANA なゴーヤクーヘン!



## 材料 (4人分)

- 卵焼き 2本分
- ゴーヤ 2本
- 砂糖 40g~50g
- レモン汁 大1
- 卵 4個・砂糖 100g
- 牛乳 200cc・HM 200g
- バター 120g
- ココアパウダー 20g
- 抹茶パウダー 20g
- バナナ 2本
- サラダ油 適量



## \*下準備\*

ゴーヤをすりおろす (緑の部分のみ)。  
すりおろしたゴーヤに砂糖とレモン汁を加えお鍋で煮詰め、ジャムを作る。  
バターをレンジで溶かしておく。



## ♪作り方♪

- ボウルに卵・砂糖・牛乳を入れ、その都度混ぜる。
- 苦みに耐えられる限界までゴーヤジャムを加え、混ぜる。
- 溶かしバターを加え混ぜたら HM を加えさっくり混ぜる。
- 生地を半分に分ける。
- 片方にココアパウダー、もう片方に抹茶パウダーを投入。
- 卵焼き器にサラダ油をひき加熱。生地を流し弱火で焼く。
- ふつふつしたら、端を切ったバナナを置き、クルクル巻いていく。
- 油をこまめにひきつつ再度生地を入れ巻いていく。これのくり返し。
- 粗熱が取れたら好みの大きさにカットして完成!



## ◆ポイント◆

自由にアレンジして下さい!



裏面下の枠内のご記入をお願いします。→