

CARROT CAKE RECIPES

香ばしごまの
キャロットシフォン
HÜGSAND



ごま油香る
キャロケサンド
hibi菓子店



焼き芋オートミール
キャロットケーキ

湘南ギルトフリースイーツ



焼き芋オートミール キャロットケーキ

Recipe by 湘南ギルトフリースイーツ

太白胡麻油でつくる、香ばしく軽い食感のキャロットケーキ。焼き芋を使い、手軽に自然な甘みとしっとり感を加えた、秋冬にもぴったりの一品。オートミールベースの生地でグルテンフリー。

材料 18cm×9cm×高さ6cm パウンドケーキ型 1台分

生地

全卵	2個
キビ砂糖	50g
太白胡麻油	25g
オートミール(粗い粉状)*1	100g
アーモンドパウダー	25g
ベーキングパウダー	4g
A 重曹	2g
塩(ゲランド産)	小さじ1/2
シナモン	適量
ニンジン*2	150g
レーズン	25g
クルミ	25g
焼きイモ*3	40g

*1 ロールドオーツ、クイックオーツ、インスタントオーツのどれでもいい。ミキサーまたはフードプロセッサーで粗い粉状に使う

*2 100gをフードプロセッサーで細かくし、残り50gは包丁で粗みじん切りにする

*3 一口大(約1.5cm角)に切る。市販品でOK。とくにおすすめの品種は「紅はるか」で、ねっとりとして甘みが強く、キャロットケーキによく合う

フロスティング

クリームチーズ	35g
焼きイモ	35g
テンサイ糖	20g
ラム酒	少々(好みで)

仕上げ

シナモンパウダー、クルミ	好みで
--------------	-----

生地

- ① ボウルに全卵とキビ砂糖を入れ、ハンドミキサーでよく混ぜる。
- ② 太白胡麻油を少しずつ加え、そのつどよく混ぜる。
- ③ Aを上から順に加え、そのつど混ぜる。
- ④ ニンジンをすべて加え、ゴムベラでよく混ぜる。
- ⑤ レーズン、クルミ、焼きイモを加えて混ぜる。
- ⑥ 型(敷紙を敷く)に流し入れ、高さ5cmのところから5、6回落として空気を抜く。
- ⑦ 180℃に予熱したオーブンで20分焼き、一度取りだして竹串で中央に切り込みを入れる。
- ⑧ オーブンにもどし、さらに約25分焼く。竹串を刺して生地がつかなければ焼きあがり。
- ⑨ 型からだし、網にのせて完全に冷ます。

フロスティング

- ① ボウルにクリームチーズ、焼きイモ、テンサイ糖を入れ、ハンドミキサーでなめらかになるまでよく混ぜる。
- ② ラム酒も加えて混ぜる。

仕上げ

- ① 生地にフロスティングをぬる。
- ② 好みでシナモンパウダーをふったり、砕いたクルミを飾ったりする。



香ばしごまの キャロットシフォン

Recipe by HÜGSAND

米粉100%でつくるHÜGSANDの人気キャロケシフォンを、家庭向けにアレンジ。シフォン生地には太白胡麻油、フィリングの白ごまチーズクリームには純ねり胡麻 白ソフトパウチと太香胡麻油、トッピングのごまキャラメルナッツには胡麻油 一番搾りとすり胡麻 白を配合した、まさに「ごま香る」一品。ごまの香味のレイヤーが調和する。

材料 トールシフォンカップ(直径6cm×高さ8cm)7個分
シフォン生地

全卵 *1	4個
豆乳(無調整)	40g
太白胡麻油	30g
米粉(製菓用)	65g
シナモンなど好みのスパイス *2	適量
キビ砂糖	65g
ニンジン *3	60g

*1 卵黄と卵白に分ける

*2 HÜGSANDではシナモン、カルダモン、ナツメグ、オールスパイスを使用

*3 しりしり器で細切りにすると、食感が適度に残り、シフォン生地ともよくなじむ

白ごまチーズクリーム

クリームチーズ(室温にもどす) *1	140g
キビ砂糖	20g
純ねり胡麻 白ソフトパウチ	70g
太香胡麻油	14g
生クリーム(乳脂肪分35~42%)	70g

*1 塩味が控えめのものを選ぶと、白ねり胡麻の風味がより引き立つ

ごまキャラメルナッツ

クルミ*1、アーモンド*1	各 30g
キビ砂糖	40g
水	15g
胡麻油 一番搾り	5g
すり胡麻 白	10g
シナモン	ひとつまみ

*1 生のナッツを使用する場合は、あらかじめ軽くローストするとより香ばしく仕上がる

仕上げ

ラムレーズン *1	70g
-----------	-----

*1 レーズンを熱湯でさっと湯通しし、水気を切ってからラム酒に一晚漬ける

シフォン生地

- ① ボウルに卵黄を入れ、豆乳、太白胡麻油を順に加えて泡立て器で混ぜる。
- ② 米粉、スパイスを加えて混ぜる。
- ③ メレンゲをつくる。ボウルに卵白を入れて泡立て器で泡立て、キビ砂糖を2、3回に分けて加えながら角が立つくらいまでしっかり泡立てる。
- ④ ②に③を3回に分けて加えてゴムベラでさっくりと混ぜる。
- ⑤ ニンジンを加えて混ぜる。
- ⑥ シフォンカップの約8分目まで流し入れ、台に軽く数回落として大きな気泡を抜く。
- ⑦ 175℃に予熱したオーブンで約20分焼く。

白ごまチーズクリーム

- ① クリームチーズをなめらかになるまで混ぜ、キビ砂糖、純ねり胡麻 白ソフトパウチを加えて均一になるまで混ぜる。太香胡麻油も少しずつ加えながら混ぜる。
- ② 生クリームを7分立て(やわらかく角が立つ程度)に泡立てる。
- ③ ①に②を2、3回に分けて加え、ゴムベラでさっくりと混ぜ合わせる。
- ④ 絞り袋に入れ、冷蔵庫で30分ほど冷やしてから使用する。

ごまキャラメルナッツ

- ① クルミとアーモンドを粗く刻む。
- ② 鍋にキビ砂糖と水を入れて中火にかけ、混ぜずに鍋を軽くゆらしながら加熱する。
- ③ フツフツと沸いたら、①を加え、全体にシロップをからめながら加熱する。
- ④ 全体がキツネ色になったら火をとめ、胡麻油 一番搾りを加えて手早く混ぜる。さらにすり胡麻 白、シナモンも加えて全体にからめる。
- ⑤ クッキングシート上に広げて冷ます。固まったら食べやすい大きさに砕く。

仕上げ

- ① シフォン生地の中央をくりぬく。
- ② 中にラムレーズンを10gずつ入れる。
- ③ 白ごまチーズクリームをたっぷりと絞り入れる。
- ④ ごまキャラメルナッツをトップに飾る。



ごま油香る キャラケサンド

Recipe by hibi菓子店

キャラットケーキにクリームやフィリングをサンドするスタイルも最近は人気。ほろり、しっとりしたキャラケ生地は五香粉の香りがエキゾチックで独特。太白胡麻油と圧搾純正胡麻油を配合して香りに奥行きが生まれます。

材料 8 個分

18cm×8.6cm パウンドケーキ型 1 台分

キャラットケーキ

全卵	130g
キビ砂糖	100g
塩	1g
玄米甘糍 (ハチミツ)	35g
太白胡麻油	70g
圧搾純正胡麻油	40g
ヨーグルト	40g
ニンジン*1	130g (皮をむいた正味)
全粒粉*2	80g
薄力粉*2	60g
ベーキングパウダー*2	4g
重曹*2	3g
シナモン*2	3g
五香粉*2	2g
ごまブラリネ (→下記)	15g
クランブルクッキー (→下記)	40g
ケシの実	10g

*1 チーズグラーターやしりしり器を使い、繊維を断ち切るようにせん切りにすりおろす

*2 合わせてふるう

ごまブラリネ つくりやすい量

グラニュー糖	100g
いり胡麻 白	15g
いり胡麻 黒	15g

クランブルクッキー つくりやすい量

薄力粉	60g
ベーキングパウダー	1g
オートミール	20g
キビ砂糖	40g
太白胡麻油	17g

仕上げ

あんこ	15g × 8
バター	10g × 8
ラムレーズン*1	3粒 × 8
赤ワイン漬けイチジク*2	¼ カット × 8
ピーナッツバター	5g × 8

*1 清潔なビンにレーズン100g、ラム酒15gを入れて1週間ほど漬ける

*2 清潔なビンにセミドライイチジク100g、赤ワイン15gを入れて1週間ほど漬け込む(つくりやすい量)。4等分にカットする

キャラットケーキ

- ① ボウルに全卵、キビ砂糖、塩、玄米甘糍を入れ、泡立て器ですり混ぜる。
- ② 太白胡麻油、圧搾純正胡麻油を加えてさらにすり混ぜる。
- ③ ヨーグルトも加えてすり混ぜる。
- ④ ニンジンのせん切りを加え、ゴムベラで混ぜる。
- ⑤ 合わせてふるった粉類とスパイスを加え、ゴムベラでさっくりと混ぜる。
- ⑥ 型(クッキングシートを敷く)に流し入れる。
- ⑦ ごまブラリネとクランブルクッキー、ケシの実をのせる。
- ⑧ 170℃に予熱したオーブンで40～45分焼く。竹串をさして、生地がつかなければ焼き上がり。型ごと網にのせて冷ます。

ごまブラリネ

- ① 厚手の鍋にグラニュー糖を入れて火にかけ、沸騰したら、いり胡麻 白、いり胡麻 黒を入れて加熱する。カラメル色になったら、色止め用の水少量(分量外)を加える。
- ② クッキングシートを敷いたトレーに流し、冷ます。
- ③ ②をフードプロセッサーにかける。

クランブルクッキー

- ① ボウルに材料すべてを入れ、スケッパーで混ぜる。クランブル状になればいい。
- ② 冷蔵庫で1時間以上冷やす。

仕上げ

- ① あんこを丸く広げ、バターとラムレーズン、赤ワイン漬けイチジクをのせる。
- ② キャラットケーキを8等分にカットし、それぞれに切り目を入れる。
- ③ 切り目にピーナッツバターをぬり、①をサンドする。