

吉和学校給食センターのデザート

吉和地域で栽培されているルバーブの甘酸っぱいジャムとチーズケーキとの相性が抜群！
ルバーブジャムは、パンやクラッカー等にのせてもおいしく召し上がれます。



チーズケーキ ～ルバーブジャム添え～

■材料（4人分）

【チーズケーキ】

- ・クリームチーズ 80 g
- ・生クリーム 80 g
- ・薄力粉 大さじ1と2/3
- ・卵 40 g
- ・砂糖 大さじ2

【ルバーブジャム】

- ・ルバーブ 60 g
- ・砂糖 大さじ3と1/3

■作り方

【チーズケーキ】

- ①ボウルにクリームチーズと砂糖を入れ、なめらかになるまで混ぜる。
- ②卵を入れて混ぜる。
- ③生クリームを入れて混ぜる。
- ④薄力粉を入れて混ぜる。
- ⑤アルミカップに流し入れ、170℃に予熱したオーブンで10～15分焼く。

【ルバーブジャム】

- ①ルバーブは、小口切りにする。
- ②鍋にルバーブと砂糖を入れ、30分煮る。
※水分が足りないようであれば、水を適量足す。

栄養価

・エネルギー	228kcal
・たんぱく質	3.6 g
・脂質	16.3 g
・炭水化物	19.1 g
・食塩摂取量	0.1 g



うなちゃん



あまごちゃん まいきち

※学校給食は加熱調理を基本としています。調理方法や味付けはご家庭で調整してください。