

# イチジクとプルーン のティーブレッド

☆ ドライフルーツの甘味を利用していますので、砂糖は控えめに使用しています。

☆ 紅茶（アールグレイ）の香りと色合いが全面に出た食べやす味に仕上がっています。

アレルギー **卵** **牛乳** **大豆** **小麦** **米**

エネルギー 150kcal/切  
(10切分の1切)

難易度 ★★☆☆

## 材 料

(17cm×8cm×6cmパウンド型10人分)

## 作 り 方

### ◆ a

干しいちじく（ブラック）	130g
干しプルーン	90g
紅茶（アールグレイ）	小さじ2
熱湯	120cc
砂糖	40g
ブラウンシュガー	30g
無塩バター	大さじ1と1/3
卵	1/2個

① 干しいちじくは7～8mm角、干しプルーンは5mm角に切り、ボウルに入れておきます。

② 紅茶に熱湯を入れて、約5分間蒸らし、①に加えて約1時間漬け込みます。

③ ②に砂糖とブラウンシュガーを加えてよく混ぜます。

④ ③に溶いた卵を加え、溶かしバター（電子レンジで15秒位）を加えてよく混ぜます。

### ◆ b

薄力粉	100g
ベーキングパウダー	小さじ1/2
ベーキングソーダ（重曹）	小さじ1/4
食塩	少々

⑤ 予めふるっておいた b を③に加えてさっくりと混ぜ、粉っぽさがなくなれば、オープンシートを敷いたパウンド型に流し入れます。

⑥ 流しこんだ生地の中央をくぼませ、180℃のオーブンで30分焼きます。

## 下 準 備

- bは合わせておいて予めふるいにかけておきます。（湿気注意）
- パウンド型に直接生地を流し込むと取り出せないため必ずオープンシートを利用しましょう。
- 紅茶はリーフを使用し、茶漉して濾しましょう。

モード 焼き

温度 180℃

時間 30分



## ア ド バ イ ス

★ 焼き時間と温度はガスオーブンでの調理の場合です。家庭用の電気オーブンでは焼き時間や温度が違ってきますので、作製時に調節する必要があります。

★ パウンド型に流し入れるときに、真ん中をくぼませておくと、均一に膨らみます。

★ ②の漬け込む際に、グランマニエなどのキュラソーを少量入れると、よりコクのある味わいが楽しめます。