

さくらんぼのフラン



調理時間

約20分

カロリー

110kcal(1人分)

材料

(直径7cmのココット5個分)

さくらんぼ	25粒
バター	適宜
(A)	
グラニュー糖	10g
レモン汁	小さじ1
キルシュ(あれば)	小さじ1
(フラン生地)	
卵	1個
グラニュー糖	20g
薄力粉	10g
生クリーム	30ml
牛乳	60ml
溶かしバター	7g
レモン汁	小さじ1

作り方

- 1 さくらんぼは飾り用以外果柄を取り、種はナイフで半割にして取りのぞきAをまぶす。
- 2 ボウルにBのフラン生地を合わせる。
- 3 ココットに薄くバターを塗り(1)のチェリーを並べ、浸した汁は(2)に加え、ココットに平均に注ぐ。
- 4 ダッチオーブンにオーブン内網をセットし(3)のをせ熱湯を注ぎ、蓋をしてグリルに入れる。
- 5 ケーキ/パンモード(弱め)を選択し、タイマーを10分に設定して点火する。消火後そのままグリルの中で5分余熱する。

さくらんぼの代わりには、アメリカンチェリー、洋ナシ、リンゴなどでもお試しください。温かいままでも冷やしても美味しい。(冷やす時は粉砂糖をふるとよいでしょう)