

楽しくおいしく ハッピーハロウィン！！

プチシューとかぼちゃクッキーのツリー

Recipes for everyone!



栄養成分値 / 1 / 8量



エネルギー

471 kcal



塩分

0.2 g



調理時間

20 分+

※エネルギー・塩分は1 / 8量の値です

たんぱく質		10.2 g
脂質		23.6 g
炭水化物	糖質	51.5 g
	食物繊維	1.8 g
カルシウム		96 mg



材料（作りやすい分量）

プチシュークリーム（市販）	30個
〔クッキー生地〕かぼちゃ（皮と種を除いた正味）	80g
〔クッキー生地〕無塩バター、砂糖	各50g
〔クッキー生地〕薄力粉	180g
〔クッキー生地〕溶き卵	1/2個分
ビターチョコレート	100g
ホワイトチョコレート	50g
チョコペン	1本



作り方

- 1 クッキー生地のかぼちゃはラップで包んで電子レンジで約2分加熱し、なめらかにつぶす。
- 2 バターをやわらかく練り、砂糖、卵、薄力粉、1の順に混ぜ、冷蔵庫で約30分寝かせる（時間外）。5mmの厚さにのばし、かぼちゃやおばけの型で抜く。170℃に熱したオーブンで15～18分焼き、冷ます（時間外）。ジャック・オー・ランタンは、チョコペンで顔を描く。おばけは、湯せんして溶かしたホワイトチョコレートでコーティングし、冷やし固めてからチョコペンで顔や文字を描く。
- 3 ビターチョコレートを湯せんして溶かし、プチシュークリームにかけながら積み上げる。2の裏側にもチョコレートをつけながら飾りつける。

ワンポイントメモ

ハロウィンとは ハロウィンは元々、ケルト人の宗教的行事をキリスト教が取り入れたのがきっかけだったようです。欧米では、ハロウィンのこの日、死者が蘇り、精霊や魔女が出てくると信じられていて、かぼちゃの中身をくりぬいて顔を作ったおばけかぼちゃちょうちん「ジャック・オー・ランタン」を置いて魔除けにしたり、悪霊を追い払うために、子どもたちが悪魔や魔女の衣装をして「トリック・オア・トリート！（お菓子をくれないといたずらするぞ）」と言って近所をまわってお菓子をもらったりします。