



## チーズソースと絡んだ野菜に香ばしさが加わったお食事タルト 野菜のチーズタルト

対応製品名 : ベジタブル スパイラルスライサー  
使用部品 : アンゲルチューブ、ストレートチューブ、  
カッティングコーン (グリーン)  
調理時間 : 90分

### 材料 (直径20cmのタルト型 1台分)

ズッキーニ	1本 (正味150g)
にんじん	1本 (正味150g)
さつまいも	2本 (正味200g)
塩	1g
黒こしょう	小さじ1/2

### A

全粒粉	100g
米粉	70g
オリーブオイル	40ml

牛乳	60ml
溶き卵	1/2個分

### B

クリームチーズ	50g
サワークリーム	50g
パルミジャーノレッジャーノ	10g
溶き卵	1/2個分
おろしにんにく	2g
ドライオレガノ	小さじ1
黒こしょう	小さじ1/4

### 作り方

#### 下準備

- ・ 全粒粉と米粉は混ぜておく。
- ・ オーブンは180℃に予熱する。

#### 下準備 (製品で切る野菜)

- ・ にんじんは皮をむく。
- ・ さつまいもはアンゲルチューブに入る大きさに、ズッキーニ、にんじんはストレートチューブに入る大きさに切り、両端を平らに切っておく。

1. ボウルにAを入れ、ポロポロになる位までよく混ぜる。牛乳を加えへらでさっくりと混ぜたら、手でタルト型にしく。
2. 1にクッキングシートをかぶせてタルトストーンをまんべんなくのせたら、180度のオーブンで約20分焼く。タルトストーンを外し、内側に溶き卵を塗ったら160℃で約15分焼き、冷ます。
3. [野菜を切る] ズッキーニ、にんじんはストレートチューブとグリーンのカッティングコーンでリボン状に切る。さつまいもはアンゲルチューブとグリーンのカッティングコーンで薄切りにする。
4. 3に塩、黒こしょうをふり、水気が出てきたら軽くふきとる。
5. ボウルにBを入れてよく混ぜ、4の野菜を入れさっと和える。
6. 2に5をうずまき状にしき詰め、180℃のオーブンで約30分焼く。