

PattiSoy ケーキのレシピ



たんぱく質
食物繊維
たっぷり

材料

(直径12.5cmのシフォンケーキ型 2個)

・ PattiSoy(大豆粉)	100g
・ 卵(M)	5個
・ 砂糖	90g
・ 水	140g
・ 大豆油	15g

- ・ しっとりした食感が長持ち!
- ・ 冷凍してもおいしさそのまま!
- ・ 半解凍でアイス風ケーキに!



～ 作り方 ～

- ① 卵は、冷蔵庫で冷やしておく。
- ② 卵を卵黄と卵白に分ける。
- ③ 卵黄に半量の砂糖、水(3分の1量)、大豆油を混ぜる。
- ④ PattiSoyを加え、ゴムべら等でよく混ぜ、残りの水も加え、滑らかになるように混ぜる。
- ⑤ 別のボウルに卵白を泡立てながら砂糖(残りの半量)を3回程度に分けて加え、メレンゲをつくる。
- ⑥ ④の生地に⑤のメレンゲを数回に分け、ゴムべらで、さっくりと混ぜる。
- ⑦ シフォンケーキ型に生地を流し入れる。
- ⑧ 180℃に熱したオーブンで30分焼く。

『PattiSoy』のイところ(特長)

安全・安心、高品質な国内産
大豆100%(青森県十和田産)

※第三者機関での確認も受けています。

豊富な栄養がそのまま(薄力粉と比較)

- ・ たんぱく質 : 約 5倍
- ・ 食物繊維 : 約 7倍
- ・ カルシウム : 約 7倍
- ・ 鉄 分 : 約13倍

(5訂 日本食品標準成分表)

体に良い、機能成分:「イソフラボン」

100g中、280mgと豊富に含んでいます。

- ・ 生活習慣病予防
(コレステロール値上昇の抑制)
- ・ 骨粗鬆症の予防、改善効果
- ・ 女性ホルモン減少による
心と体のトラブル予防
- ・ 抗酸化作用による
美肌・アンチエイジング効果

大豆は自然のバランス栄養食

- ・ たんぱく質や食物繊維、レシチン、サポニンなどが豊富に含まれる、美容と健康のための「天然マルチサプリメント」

PattiSoyの栄養成分

(風味そのまま 100g当たり)

エネルギー	424 Kcal	たんぱく質	41.2 g
炭水化物	32.8 g	脂質	14.2 g
糖質	15.2 g	ナトリウム	1.0 mg
食物繊維	17.6 g		
ビタミンB ₁	0.46 mg	カルシウム	110 mg
ビタミンB ₂	0.28 mg	鉄	7.7 mg
イソフラボン	290 mg		