

⑨ 道具1つでらくらくスイーツ ⑥

マグカップでまぜるだけ♪ ふわふわケーキ

MIYAZAWA URARA

宮沢うらら 著

マグカップがあれば
ボウルのかわりになったり
かた
型になったり
だいかつやく
大活躍するよ♪♪

ほうちよう
包丁を使わない
火を使わない
道具も少しだけ

ざいりよう
材料をマグカップに入れて
フォークでまぜたら
電子レンジでチン！
あっという間にできあがり

朝ごはんに
3時のおやつに
作りたてをいただきま〜す♪



きほんのマグカップケーキ

調理時間

10
分

Basic mug cake

マグカップケーキ

もこもこ、ふくらむよ♪



あこがれのケーキ

NY cheesecake

ニューヨークチーズケーキ

おしゃれなチーズケーキが
かんたんにできるよ!

調理時間

10
分

ひ
冷やす時間

2
時間

道具

マグカップ④

はかり／計量スプーン／フォーク／
バターナイフ

ざいりょう

材料 [マグカップ(大) 1こ分]

クリームチーズ.....90g
さとう.....大さじ2
たまご.....1/2こ
小麦粉(薄力粉).....大さじ1/2
レモン汁.....小さじ1

つくり方

1

マグカップ(大)にクリームチーズを
入れ、電子レンジ600Wで30秒ほ
ど加熱してやわらかくする。やわら
かにならない場合は、さらに10秒
ずつ加熱する。



2

さとうを加え、フォークで30秒ほ
どぐるぐるまぜる。



3

たまごを加え、1分ほどまぜる。



4

小麦粉を加え、ダマがなくなるまで
30秒ほどまぜる。



5

レモン汁を加え、よくまぜる。

6

5を電子レンジ600Wで2分ほど加
熱する。冷蔵庫で2時間ほど冷やす。

7

マグカップの内側にバターナイフを
ぐるっと1周入れたら、ひっくり返
してお皿にうつす。

ちょいたし♪

チーズケーキに合うフルーツソースをつくる。
ブルーベリージャム大さじ1に水小さじ
1/2を加え、
まぜたら
できあがり♪

