

## ♡ アボカドティラミス

339kcal



### 材料(180ml容器4個分)

アボカド…200g (小2個)  
レモン汁…小さじ1/4  
マスカルポーネチーズ…120g  
卵黄…2個  
グラニュー糖…72g (大さじ6)  
インスタントコーヒー(粉)…12g (大さじ4)  
お湯…120g (大さじ8)  
スポンジ生地…40g  
ココアパウダー…適量

### 作り方

- 1 アボカドを半分に割り、種を取って皮をむいたら、ボウルに入れて大きめのフォークでなめらかになるまでつぶす。なめらかになったらレモン汁を加えてよく混ぜる。
- 2 別のボウルに卵黄を入れる。鍋にお湯(分量外)を沸かし、沸騰したら火を止める。鍋のお湯に卵黄を入れたボウルを少しつけながら、グラニュー糖を3~4回に分けて入れ、泡立て器でよく混ぜ合わせる。なめらかなクリームのような状態になったらボウルをお湯から外し、氷水にボウルの底を当てて冷やしながら混ぜ、もったりしたクリーム状にする。
- 3 2のボウルにマスカルポーネチーズと1を加え、色が均一になるように混ぜ合わせる。
- 4 インスタントコーヒーを分量のお湯で溶かしスポンジ生地に染みこませる。
- 5 4を容器の底に敷き、3を容器の半分まで入れる。
- 6 5にスポンジを再度敷き、3を容器の上まで入れ、冷蔵庫で2~3時間冷やす。
- 7 表面にココアパウダーをふるう。