

---

## ポルトガルの伝統的なレシピ: Broa Castelar ( ブロアカステラル )

---

について



成分2kg 皮をむいたサツマイモ250g 小麦粉500g トウモロコシ粉2kg 砂糖250g 細切りココナッツ卵 10個 オレンジの皮 1 個 レモンの皮 1 個 500g はちみつ 準備水を張った鍋にサツマイモと砂糖を入れて茹でる。サツマイモはピューレ状になるまで潰して保存しておきます。残りの材料を混ぜ合わせ、マッシュしたサツマイモを加えます。銅鍋で生地が均一になるまで煮ます。生地を分けて形を整えます。卵黄を塗り、280 のオーブンで外側がカラメル色になるまで焼きます。\*

マリア・デ・ルルド・モデスト ( Maria de Lourdes

Modesto ) の伝統的なレシピをもとに、リスボン ( Lisboa ) の観光・ホテルビジネススクールが提供するレシピ。