



## ハンガリー

### パラチンタ (ハンガリー)

チョコレートソースやナッツをたっぷり。  
もちもちした食感がおいしい!



#### 栄養成分 1人分

エネルギー	508kcal
たんぱく質	9.7g
カルシウム	142mg
食塩相当量	0.7g

#### 材料 作りやすい分量、12枚分

##### 【生地】

薄力粉	180g
塩	小さじ½
砂糖	大さじ2
卵	2個
明治おいしい牛乳	1カップ
明治北海道バター(溶かしておく)	大さじ1
炭酸水(味のついていないもの)	½カップ

サラダ油	適量
------	----

##### 【ソース】

明治北海道十勝純乳脂	1カップ
明治ミルクチョコレート	2枚(100g)
バニラエッセンス	2~3滴

くるみ	大さじ2
アーモンドスライス	大さじ4
粉砂糖	適量

#### 作り方

- 1 **【生地】**を作ります。ボウルに薄力粉、塩、砂糖を入れて混ぜ、卵、牛乳、溶かしバターを加えてなめらかになるまで混ぜ、30分~1時間おいて生地を寝かせます。
- 2 **【ソース】**を作ります。耐熱ボウルにクリームを入れ、ラップをして電子レンジ(600W)で2分加熱します。チョコレートを割り入れ、しばらくおいてチョコレートが溶けたらなめらかになるまで混ぜ、バニラエッセンスを加えます。
- 3 くるみ、アーモンドはオーブントースターなどで軽くローストし、くるみは刻みます。
- 4 ①に炭酸水を加えてよく混ぜます。
- 5 フライパンを熱してサラダ油少々を引き、④の生地1/12量(おたま1杯分程度)を流し入れ、フライパンを傾けて薄く広げます。焼き色がついたら裏返し、さっと焼いて取り出します。残りも同様にして焼きます。
- 6 ⑤にソース少々を塗って③のナッツ適量を散らし、折りたたみます。器に盛り、残ったソースとナッツをかけ、粉砂糖をふります。