

## 準備食材

鮮奶油 砂糖  
80g & 120g 80g

巧克力粗碎狀  
80g & 200g

喜歡的酒  
2茶匙

無鹽黃油  
40g

蛋黃  
4顆

蛋白  
4顆

## 混合過篩

麵粉  
20g

可可粉  
5g

# 流心熔岩 巧克力

蒸烤箱專用食譜



## COOK EVERIO

份量

約12份(299kcal/份)



設定模式

熱風模式	水蒸氣	時間	溫度
	-	5分	180°C

熱風模式	水蒸氣	時間	溫度
	-	5分	150°C

## 注意事項

- 可根據糕體狀況調整加熱時間。(成品糕體會輕微裂開)
- 如果變冷，請在微波爐(500W)中加熱20秒後再食用。
- 可以放上自己喜歡的配料，如生奶油、冰淇淋、果醬、巧克力醬、餅乾、草莓和糖粉等。

## 烹飪步驟

- STEP.1 將巧克力碎狀80g隔水加熱，加入鮮奶油80g和酒，攪拌至光滑。
- STEP.2 將碗放入冰水後變硬，放在保鮮膜上做成棒狀(直徑2.5-3cm)包好，放入冷凍室凝固。
- STEP.3 將巧克力碎狀200g和無鹽黃油放入碗中，蓋上蓋子隔水加熱。加入鮮奶油120g和蛋黃攪拌，後加入過篩的麵粉、可可粉。
- STEP.4 將蛋白放入碗中攪拌至濃稠，加入砂糖攪拌。
- STEP.5 步驟4的一半加到步驟3徹底攪拌，後加入其餘的混合(不消除氣泡)。
- STEP.6 將約45.5g麵糊倒入12個模具，將步驟2切成12等份放入中心，再蓋上剩下麵糊，並排烤盤(20mm)上。
- STEP.7 預熱6個烤盤，並加熱。  
※請參照左方設定模式