

メニュー名

# にんじんムースタルト

学校名: 長野県上田千曲 高等学校

氏名: 宮下 萌佳

PR文(200字以内)

～感謝の気持ちを届けよう～  
私からのメッセージ

祖父母が作ってくれた、にんじんでムースをつくりました。  
いつもおいしい野菜をつくってくれるので、料理で感謝を伝えたいです。



材料	分量(2名分)	作り方と調理時のポイント
<b>&lt;タルト生地&gt;</b>		
無塩バター	30g	前準備 ○ 薄力粉ふるう ○ バター常温 ○ オーブン170℃に予熱  ① ボールにバターを入れ、クリーム状になるまで混ぜ、砂糖を3回に分け入れ、泡立て器で白っぽくなるまで、よくすり混ぜる。 ② 卵黄を入れよく混ぜる。 ③ 粉を入れ、ゴムべらでねらないようによく混ぜる。 ④ 1時間ねかせる。 ⑤ 生地をめん棒でうすくのばし、型に敷く。 ⑥ フォークで生地に穴をあけ、170℃のオーブンで15分焼く。
卵黄	1個	
砂糖	30g	
薄力粉	90g	
<b>&lt;ムース&gt;</b>		
にんじん	140g	① にんじん5mmに切り、牛乳で煮る。(弱火) ② にんじんがやわらかくなったら、ミキサーで混ぜる。 ③ 再び鍋にもどし、火にかけ、砂糖、水でふやかしたゼラチンを入れとかす。 ④ 生クリームとマスカルポーネをあわせ、7～8部立てにする。 ⑤ ③のあら熱がとれたら、④を入れ混ぜる。 ⑥ 混ぜたら焼いたタルトに流し、冷蔵庫で冷やし固める。  前準備 ○ 薄力粉ふるう ○ バター常温 ○ オーブン170℃に予熱
牛乳	300cc	
砂糖	大さじ1～2	
マスカルポーネ	100g	
生クリーム	100cc	
粉ゼラチン	5g	
水	大さじ2	