

第8回 食糧学院 東日本高校生レシピコンテスト 申込用紙

第8回 食糧学院 東日本高校生レシピコンテスト 応募用紙

3224

メニュー名

いちごのネイキッドケーキ

学校名: 上田千曲 高等学校

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

いつもお世話になっている母の誕生日だったので作りました。4号なので、2人程で食べられる分、生クリームが多く感じ、ちょっと重いかと思ったので、ナッペなしの“ネイキッドケーキ”にしました。いちごに含まれているビタミンCには疲れを回復する効果もあるので、これを食べて、これからも元気に生活して欲しいです。



材料	分量(2名分)	作り方と調理時のポイント	調理時間	
卵	1.5コ	・型にバターをぬっておく。 ・薄力粉をふるっておく。 ・バターと牛乳をレンジで温めておく。(同じ容器でOK！) ① ボウルに卵を入れ、ときほぐし、砂糖を加え、湯煎しながら泡立て器(ハンドミキサーでも良い)で混ぜる。(人肌くらいの温度) ② 生地が白っぽくなり、もったりして、文字が書ける程になったらゆっくり混ぜる<ゆっくり混ぜることで気泡が小さくなる> ③ ②に、振っておいいた薄力粉を加え、泡立て器でやさしく混ぜる。 ④ ③の生地を、バターと牛乳が入っている器に、少し加えて混ぜる。混ぜたら、③の生地全体の中に入れ、さっと混ぜる。 ⑤ 型に流し入れ、3回程台にとんとんと、打ちつける。<気泡を無くす> ⑥ オープンを170℃に予熱し、170℃で20分程焼く。<竹串をさして、生地がついてこなくなればOK> ⑦ 焼きあがったら、型を一度台に打ちつけ(焼き縮みを防ぐ。)型から外し、クーラーの上に置いて(膨らんだ面が下になるように)冷ます。 ⑧ 生クリームと砂糖を合わせ、ハンドミキサーで混ぜ合わせ、7分立てくらいにする。 ⑨ スポンジケーキを、3等分にし、クリームといちごをはさむ。一番上の生地は、いちごを大きめに切り、飾り、ミントや粉砂糖をトッピングし、完成。	60	
砂糖	45g		⑧ 生クリームと砂糖を合わせ、ハンドミキサーで混ぜ合わせ、7分立てくらいにする。 ⑨ スポンジケーキを、3等分にし、クリームといちごをはさむ。一番上の生地は、いちごを大きめに切り、飾り、ミントや粉砂糖をトッピングし、完成。	調理時間 60分 ※調理時間は2名分を作る合計の調理時間
薄力粉	45g			
牛乳	10cc			
無塩バター	5g			
バター(型用)	適量			
生クリーム	200ml			
砂糖	15g			
いちご	10粒			
ミント	適量			
粉砂糖	適量			