

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

管理番号 3290

メニュー名

りんご香る生姜ミルクプリン

学校名: 気仙沼 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

生まれた時からお世話になっている母から貧血と、夜なかなか眠れないことを聞いていたので、このコンテストの機会にこの2つによりデザートをつくりたいと思いつきました。牛乳とりんごや柚子を一緒に使うにはどうしたらよいか…と考えに考えて作り出した作品です。これを食べ、これからも元気でいてほしいです。



材料	分量(2名分)	作り方と調理時のポイント	調理時間
[りんごジャム] りんご 砂糖 塩 レモン汁	1/4コ 大さじ1/2～1 少量 少量	① りんご1/4の半分をすりおろし、半分は一口大くらいに切る。 ② 耐熱容器に、りんごとすべての材料を入れて混ぜ、平らにならす。ラップをかけ、1ヶ所折り上げる。 ③ レンジで1分半加熱し、一旦取り出す。約1分混ぜラップをかける…(×数回(5回くらい)) ④ ラップをとり、冷やす	30分 ※調理時間は2名分を作る合計の調理時間
[プリン] 牛乳 砂糖 生姜 バニラエッセンス 柚子の皮 ゼラチン	170g 10g 少量 少量 少量 少量 1袋	① 手鍋に柚の皮以外の材料と、つくったりんごジャムを少し残して入れる(生姜は少なめのほうがよい)混ぜる。 ② 中火にかけ、混ぜながら温める。 ③ プツプツとしたものが見えたら火を止め、器に入れてひやす。 ④ 固まったら、残りのりんごジャムと柚の皮をトッピングする。	