

第 12 回 食糧学院 高校生レシピコンテスト 応募用紙

管理
番号

SY105

メニュー名

ハートとフラワーのスマイルパイ



学校名/氏名

東京都立忍岡高等学校

S・H

PR 文

いつも忙しいお母さんへ感謝の気持ちを込めて。息抜きの手助けに少しでもなればと思い考えました。また、程よい甘さと可愛い見た目でリラックス効果抜群！！

調理時間

90 分

※調理時間は2名分を作る合計の調理時間

材料

強力粉 70g
薄力粉 70g
塩 1/2 つまみ
冷水 70cc
リンゴ 50g
砂糖 9g
シナモン 適量
白あん 30g

作り方

- 1.強力粉、薄力粉、塩を混ぜてから細かくしたバターをザクザク切るように粉と混ぜる
- 2.粉とバターがまとまってきたら冷水を混ぜる。長方形にまとめてラップに包む
- 3.乾燥しないようにラップに包んだら冷蔵庫で 30 分冷やす
- 4.中身作り
 - ①ハートパイ用
りんごの皮を剥いて 1 口大にきる。鍋に入れて砂糖を加え水分がなくなるまで煮る。
りんごが冷めたらシナモンを適量振りかける。
 - ②フラワーパイ用
白あんを 15 グラム×2 はかり丸めておく
- 5.生地を手早く長方形に伸ばして 3 つ折りに畳むを 5 回ほど繰り返して
もう一度乾燥しないようラップに包んで冷蔵庫で冷やす
- 6 成形
生地を 4 等分にする
 - ①生地 4 分の 1 を長方形にする。煮たりんごを生地の上に乗せて包む。
その際、生地と生地を折った端の部分はフォークで潰す。(縁をしっかり止める)
表面のハートは型抜きを使って軽く押して形をつける
×2 個作る
 - ②生地 4 分の 1 で白あん 15 グラムを包む(閉じ目は下に)
手のひらで上から押し円形に伸ばす。ペティナイフで真ん中を中心として均等に 12 本切れ目を入れる。
切れ目をねじって花の一つ一つを上向きにして、白あんも見えるようにする。
×2 個作る
- 7.どちらも溶き卵を表面に丁寧に塗る
(焼きむらが出来ないように)
- 8.オーブンで焼く
200℃で 20 分、210℃で 5 分。
足りなかったら 210℃で少しずつ焼いていく。