

第13回 食糧学院 高校生レシピコンテスト 応募用紙

管理
番号

SE1030

メニュー名

サクッとシュワッと～百花繚乱酒粕ワールド～



学校名/氏名

宮城県泉館山高等学校	2年
K-F	

PR文

祖母の介護で母の疲労が溜まっていることから、入眠を促す酒粕で疲労を一気に消し去り、血糖値の上昇を抑えようと考えました。さらにドライイチヂクは生よりも栄養価が高く腸内環境を整えるので消化器官を癒します！発酵食品を手軽に摂取し、免疫UPや病気を予防できることから疲労しきっている母へ贈る最高の一品となりました。

調理時間

90分

材料	作り方
<p>①枝豆の酒粕チーズクッキー 小麦粉 100g バター 70g 砂糖 30g 枝豆 80g 粉チーズ 30g 酒粕 100g 塩 1g</p> <p>②イチヂクの洋酒煮 ドライイチヂク 20g 砂糖 8g ラム酒 15g 水 200g</p> <p>③ベリーベリームース 苺(もういっこ) 50g ブルーベリー(蔵王) 50g 生クリーム 65g ゼラチン 5g 水 38g 砂糖 25g ラム酒 15g ポッカレモン 5g</p> <p>④栗ーム(クリーム) 生クリーム 50g 甘栗 80g 砂糖 15g ラム酒 5g</p> <p>⑤チーズクリーム チーズ 60g 生クリーム 35g</p> <p>⑥生ハム 3枚(17g)</p>	<p>☆マークがついているものは長方形型のスイーツで使います ♡マークがついているものは円型のスイーツで使います</p> <p>☆♡①枝豆の酒粕チーズクッキー 1.薄皮をむいた枝豆をみじん切りにする。 2.バターを泡立て器でクリーム状にする、オーブンを160°に予熱する。 3.2に砂糖、酒粕粉、チーズ、塩の順に入れてよく混ぜる。 4.3に小麦粉をいれさっくりと混ぜる。 5.冷蔵庫で20分寝かせる 6.長方形用と円用に生地を分けたら型抜きする。 7.160°で予熱しておいたオーブンで15分焼く。 8.冷ます。</p> <p>☆②イチヂクの洋酒煮 1.イチヂク、砂糖、ラム酒、水を鍋に入れ、弱火から中火で煮立たせる。 2.煮立ったら弱火にして蓋をして20分煮詰める。 3.煮詰めたら皿に出して水気を切る。</p> <p>☆③ベリーベリームース 1.ゼラチンを水13gでふやかす。 2.ブルーベリー、苺、水25g、砂糖25g、ラム酒15g、ポッカレモン5gを鍋で果物類が突いてみて柔らかくなるまで煮込む。 3.2をフードプロセッサーに入れて高速で2分ほど攪拌する。 4.温かいうちに1のゼラチンを3に加えてよく混ぜる。 5.平らなバットに厚さ3ミリ程度に薄く広げ、冷ましておいた①の酒粕クッキーを乗せて冷蔵庫で20分以上冷やす。</p> <p>☆④栗ーム 1.栗をレンジで1分30秒ほど様子を見ながら加熱する。(栗から湯気が出たら取り出す) 2.生クリーム25g、栗、砂糖、ラム酒をフードプロセッサーに入れ高速で2分ほど攪拌する。 3.滑らかになってきたら残りの生クリームを入れ2分攪拌する。 4.絞り袋に入れて冷蔵庫で冷やしておく。</p> <p>♡⑤チーズクリーム 1.常温に戻しておいたクリームチーズをゴムベラでねって、滑らかにする。 2.1に生クリームを少しずつ加えながらチーズクリームの固さを調節する。 3.絞り袋に入れて冷蔵庫で冷やしておく。</p> <p>♡⑥生ハム 1.ハサミで生ハムを四角く切る</p> <p>♡⑦フルーツミックス</p>

⑦フルーツミックス(パイン・桃・梨)80g

1.シロップから出した桃、パイン、梨をそれぞれ斜めに切る

☆スイーツの仕上げ

1.ムースが固まっていたら取り出してムースをクッキーの形に合わせてナイフで切り抜く。

2.土台を除いて形の揃っている1を2枚重ねる。

3.栗ムースを長方形の先端に丸く絞ったらイチヂクの洋酒煮を2個のせて、その後ろに連なるように波型に2段絞ったら完成！

♡スイーツの仕上げ

1.丸型のクッキー1枚にチーズクリームをドーム絞りする。

2.チーズクリームの上に生ハムを散りばめ、もう1枚のクッキーでサンドする。

3.上にカットしたフルーツを乗せて完成！