

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 3198

メニュー名

米粉マカロン ～4種の時～



学校名: 宮城県泉館山 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

祖母が好きな桜えびを使い日々の感謝の
思いを込めました。

材料	分量(2名分)	作り方と調理時のポイント	調理時間
●米粉マカロン		○ 初めに … オープンの予熱をする。 ① 米粉マカロンに使うものを用意し、粉砂糖と米粉をふるっておく。	90
卵白	55g	① 卵白をふんわりするまで混ぜ、3回に分けてグラニュー糖を加える。	
グラニュー糖	23g	★ポイント すくった時にお辞儀しないくらいまで泡立てる。(ハンドミキサーを使用する)	1分
粉砂糖	48g	② 合わせてふるっておいた粉砂糖と米粉の半量を入れ、ゴムベラでさっくり混ぜる。	
米粉	48g	③ 粉っぽさを残したまま、残りを入れて、ゴムベラでボールに押し付けるようにして混ぜる。	※調理時間は2名分を作る合計の調理時間
		④ ゴムベラで持ち上げたときに「とろっ」と落ちる感じになるまで混ぜ合わせる。	
		⑤ 絞り袋に入れてオープンシートをしいた天板に間隔をあげながら絞っていく。	
		⑥ 絞り終わった後、指先に水をつけてツノをならす。	
		⑦ 乾燥させる	
		⑧ 予熱済のオーブンで焼き上げる。	
●生クリーム		① 冷水で冷やしながらか、ハンドミキサー(高速)で泡立てる。	
生クリーム	60g	③ 30gずつ分ける <♠と◆で使用する>	
●クリームチーズとパインのフィリング		① ドライフルーツのパインを3～4mmサイズにカットする。	
クリームチーズ	60g	② クリームチーズにパインを入れたボウルを湯せんし、クリームチーズがとろとろになるまで混ぜる。	
ドライフルーツ	30g	③ 全体が混ざったら牛脂を加えて再度湯せんをしながら混ぜる。	
<パイン>			
牛脂	適量		
●バジルクリームのフィリング♠		① バジルの葉をサッと水洗いし水分をふき取り、茎部分を取り除く	
バジルの葉	20g前後	② ニンニクをざく切りにしてフードプロセッサーに入れ松の実、バジル、粉チーズ・塩を加える。	
ニンニク	1/4片	③ 30gずつ分けておいた生クリームとやさしく混ぜ合わせる。	
松の実	8g		
粉チーズ	15g		
オリーブオイル	適量		
塩	小さじ1/2		
●桜えびのフィリング		① 桜えびをビニール袋に入れて麺棒で粉になるまでたたく。	
桜えび	17g	② マヨネーズ、白いりすりごま、塩こしょうと混ぜ合わせる。	
マヨネーズ	適量	★ポイント フィリングは固めに作る	
白いりすりごま	適量		
塩こしょう	適量		
●いちごのフィリング		① いちごを5mmの厚さにカットする	
いちご	3粒	② 生クリームと合わせる	
◆の生クリーム	30g		