

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 3302

メニュー名

フルーツカスタードパイ

学校名: 宮城県気仙沼 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

小・中・高とずっと一緒にの親友に向けて。親友の大好きないちごを使いました。困った時に助けてくれたり、笑ったり泣いたりと共に過ごしてきたので、日頃の感謝とこれからもよろしくという2つの気持ちを込めて作りました。いつも陸上をがんばっているので息抜きとして食べてもらいたいです。



材料	分量(2名分)	作り方と調理時のポイント	調理時間
卵	1/2コ	<カスタードクリーム> ① 耐熱容器に材料をすべて入れ、しっかりと混ぜる。 (薄力粉はふるって入れる。) ② ラップをふんわりとし、600wの電子レンジで1分30秒加熱する。 ③ ②を取り出しかき混ぜ、再びラップをふんわりとし、600wの電子レンジで1分30秒加熱する。 ④ ③の作業を3回程度くり返し、もったりとさせる。 ⑤ ④の粗熱をとる。	60
砂糖	40g		
薄力粉	15g		
牛乳	100ml		
バニラエッセンス	少々		
冷凍パイシート	1.5枚	<パイ> ① 打ち粉をし、冷凍パイシートを伸ばして型どる。 (今回は丸く型どった) ② フォークでパイシートに穴をあけ、卵黄を塗り、中央にカスタードクリームをのせる。 ③ 180℃に予熱したオーブンで15分～20分焼く。	
小麦粉	適量		
卵黄	1/2コ		
いちご	4粒	<フルーツ> ① フルーツは適度な大きさにカットする。 ② 焼いたパイが熱くなくなったら、フルーツをトッピングする。 最後に粉砂糖をかけて完成。	
バナナ	1/4本		
キウイ	1/4コ		
みかん	4粒		
粉砂糖	適量		

【分 ※調理時間は2名分を作る合計の調理時間