

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 3026

メニュー名

たっぷり りんごの実

学校名: 沼津中央 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

祖母からたくさんりんごをもらったので、そのりんごをふんだんに使ったスイーツを考えてみました。

フルーツが好きだという先輩に、一番キレイでおいしくできたものをあげようと、心をこめて手を抜かずにがんばって作りました。



材料	分量(2名分)	作り方と調理時のポイント	調理時間
●タルト 薄力粉 砂糖 卵黄 バター	45g 10g 1/2個 20g	① バターと砂糖をクリーム状になるまで混ぜる。 ② そこに、といた卵黄を3回くらいにわけて、ぶんりしないように混ぜる。 ③ ②に薄力粉を入れ、ゴムベラで切るように混ぜる。 ④ 白い粉っぽいところがみえなくなったら、1つにまとめて冷蔵庫で1時間おく。 ⑤ 時間になったらきじを取り出し、3mmくらいの厚さにのばし、丸くかたをとり、プリンカップなどの型にはめ、整形する。 ⑥ きじの上にアルミカップ→重石の順でのせ、180度のオーブンで20分焼く。その後、重石とアルミカップをとり、190度で15分焼く。	90分 ※調理時間は2名分を作る合計の調理時間
●キャラメルソース 砂糖 バター 生クリーム 水	30g 15g 15g 20ml	① なべに砂糖と水とバターを入れ、こげめがつくまで火にかける ② そのあとに生クリームを入れ、混ぜながら火にかける。 ③ タルトカップのそこにそそぐ。	
●アップルフィリング 林檎 バター 砂糖 レモン汁 はちみつ シナモン ラムダーク	50g 10g 10g 1g 1g 1g 1g	① りんごを5mmにカットして、その他の材料とまとめてなべに入れ、火にかける。 ② 水分が出て、しんなりしてきたら火をとめ ③ タルト(キャラメルソースを入れたあと)カップにアップルフィリングをしきつめる。	
●りんごムース りんごジュース すりおろしりんご 砂糖 粉ゼラチン レモン汁 生クリーム	40g 15g 5g 2g 1g 26g	① 生クリームを8分立てにする ② その中に、すりおろしたりんご、りんごジュース、砂糖、粉ゼラチンをふやかしたもの、レモン汁を全て入れてねっしたものを生クリームの中に少しずつ入れて混ぜあわせる。 ③ かたに入れて1時間以上こおらせる。	
●ゼリー ゼラチン 赤着色料 砂糖水	10g お好みで 100g	① ふやかしたゼラチンを、赤色に着色した砂糖水の中に入れ、とろみがつくまで熱する。 ② 凍らせたムースに2度がけをして、ゼリーのまくを全体にかける。 ←しんちように ③ できたらタルトカップの上ののせる。	