

# 第10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  
RY1150

メニュー名

バラのフルーツたっぷりロールケーキ

学校名/氏名

千葉県立柏南高等学校

H・M



PR文

大好きな母に感謝を込めて作りました。母は私を産んでから果物アレルギーになってしまい、加熱処理や冷凍された果物でないと食べられません。いつも家族のお弁当を朝早くから作ってくれたり、仕事があるのに家事をこなしたり、毎日家族が健康でいられるのは母のお陰です。加熱することで栄養価が高まるリンゴ、ビタミンや食物繊維が豊富なブルーベリーで母でも美味しくフルーツから免疫力アップができるケーキにしました。

調理時間

90 分

※調理時間は2名分を作る合計の調理時間

工程名	材料・分量	作り方と調理のポイント
1 スポンジ	卵黄(3個分) グラニュー糖(大さじ1) サラダ油(30cc) 水(30cc) 薄力粉(50g) 卵白(3個分) グラニュー糖(40g)	①ボウルに卵黄、グラニュー糖を加え白っぽくなるまで混ぜる。 ②サラダ油を均一になるまで混ぜ、さらに水を加えて混ぜる。 ③薄力粉をふるい入れ、混ぜた後、ゴムべらで生地をととのえる。 ④卵白にグラニュー糖を半量加え、角がたっておじぎする硬さに泡立てる。 ⑤残りのグラニュー糖を加え、角がたつまで泡立て、低速でキメをととのえる。 ⑥メレンゲの3分の1を加えて切り混ぜ、マーブル状になったら、メレンゲのボウルに移し、均一になるまで切り混ぜる。 ⑦型紙に流し入れ、190℃のオーブンで10~12分焼く。
2 リンゴのバラ	リンゴ(半分) 塩(擦り洗い用 少々) グラニュー糖(40g) ワイン(20cc) 水(60cc)	①塩で皮をよく洗ったリンゴを、厚さ2~3ミリの薄切りにし、鍋に入れる。 ②グラニュー糖、ワイン、水を入れ、落とし蓋をし、強火で加熱する。 ③沸騰したら弱~中火にし、時々上下を返ししながら加熱する。10分位、水分が少なくなったら火を止め、粗熱を取る。 ④キッチンペーパーに6~8枚横一列に並べ、端から巻き、バラの形にととのえる。7個を目安に作る。
3 カスタードクリーム	牛乳(250cc) 卵黄(2個分) グラニュー糖(60g) 薄力粉(20g) バニラエッセンス(適量)	①牛乳を電子レンジ600Wで2分加熱する ②ボウルに卵黄、グラニュー糖加え、白っぽくなるまですり混ぜる。 ③薄力粉をふるい入れ混ぜ、①を2回に分けて加え混ぜ、こす。 ④ラップをふんわりとかけて1回目は600Wで1分半、2回目も1分半、3回目は2分加熱する。加熱するごとによく混ぜる。 ⑤バニラエッセンスを入れよく混ぜ、しぼり袋に入れて冷やす。

4	生クリーム	生クリーム(180g) グラニュー糖(大さじ1)	①生クリームにグラニュー糖を入れ、7分立て位に泡立てる。 ②別のボールに70gとり、使用直前まで冷蔵庫で冷やす。残りは8~9分立てにし、しぼり袋に入れる。
5	組み立て	冷凍ミックスベリー(150g)	①ミックスベリーを半解凍し、飾り付け用とスポンジの中に入れる用と分ける。 ②スポンジを型から取り出し、巻き終わりになる辺を斜めに切り落とす。(端から1cm程度) ③スポンジに、カスタードクリームと生クリームを交互に縦にしぼり、その上にミックスベリーを全体にちらす。 ④手前から巻き、形をととのえる。
6	飾り付け		①70gとっておいた生クリームを、巻いたスポンジの表面にうすく塗り広げる。 ②包丁で両端を1cm程度切り落とす。 ③リンゴのバラと、飾り付け用にとっておいたベリーミックスをバランス良く盛り付け、完成!
7			
8			
9			
10			