

メニュー名

母に贈るアップルカスタードパイ

学校名: 宮城県気仙沼高等学校

氏名: Sさん

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

りんごは「1日1個のりんごは医者いらず」と言われるほど健康に良い果物で、体を温める食べ物です。また、シナモンと合わせることで、冷え性の改善にも効果があります。

私の母は、昔からずっと冷え性に悩まされているので、少しでも良くなって欲しいと思い、シナモンとりんごを使ったパイを作りました。



材料	分量(2名分)	作り方と調理時のポイント	調理時間
●パイ(土台)			90分
冷凍パイシート	1枚	①冷凍パイシートを麺棒で伸ばして、型に取る。 ②200℃のオーブンで20分焼く。	
●カスタードクリーム			
卵黄	1.5個	①ボウルに卵黄と【A】グラニュー糖を入れ、ホイッパーで白っぽくなるまで混ぜ、バニラエッセンスを入れ、さらに混ぜる。 ②①に薄力粉を入れ混ぜ合わせる。 ③鍋に、牛乳と【B】グラニュー糖を入れ中火にかける。 ④沸騰直前で火を止め、②へ入れ混ぜ合わせる。 ⑤④をこし、再び中火にかける。 ⑥なめらかになるまでホイッパーで混ぜながら煮あげる。 ⑦火を止め、無塩バターを加え混ぜたら、バットへ移し、ラップをクリームにぴったり密着させてから粗熱をとる。	
【A】グラニュー糖	12.5g		
【B】グラニュー糖	12.5g		
バニラエッセンス	少々		
薄力粉	10g		
牛乳	130g		
無塩バター	10g		
●煮りんご			
りんご	1個	①りんごは皮を剥かず、横半分、縦8等分に切る。 ②鍋に、①、バター、砂糖、レモン果汁、シナモンを入れ、弱火にかけ、りんごが柔らかくなるまで煮る。 ③焼きあがったパイにカスタードクリームをのせてから、りんごを並べる。	
バター	15g		
砂糖	大さじ3		
レモン果汁	少々		
シナモン	少々		
●飾り付け			
スティック状菓子	1本	①出来上がったりんごパイに、スティック状菓子とカイワレダイコンの葉を飾って完成。	
カイワレダイコン	2本		

調理時間 90分 ※調理時間は2名分を作る合計の調理時間