

# 第9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

127

メニュー名

シブースト

学校名/氏名

東京都立忍岡高等学校

H・M



PR文

私は、普段から家事と仕事を両立してくれている母に、日頃の感謝を込めてつくりました。  
また、パティシエを目指す私を応援してくれているので、大好きなスイーツで少しでも恩返しができるればいいなと思いシブーストにしました。  
これを食べて、日頃の疲れが取れれば嬉しいです。

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 ボトム	無塩バター 25g グラニュー糖 3.5g 塩 8g 卵黄 1/2 個分 薄力粉 25g 強力粉 25g 打ち粉(強力粉) 適量	①ボウルにバターを入れ、クリーム状にし、グラニュー糖・塩を加え、すり混ぜます。 ②卵黄を加えて混ぜます。 ③水を3~4回に分けて加え混ぜます。 ④粉糖を加えて切り混ぜ、まとまったら形を整え、ラップに包み冷蔵庫で冷やします。(20分程度) ⑤型に敷き込んだあとフォークでピケをして、アルミカップに重石をのせ、オーブンで焼きます。(210℃15分)
2 ポンム・カラメリゼ	りんご 1/2 個 砂糖 15g 水 5cc	①りんごをよく洗い、皮を剥き2cm角位に切っておきます。 ②鍋に砂糖・水を入れ、カラメル色になるまで焦がし、そこにりんごを加え炒めます。 ③レモン汁・ラム酒を加え、ザルにあげ水分を切っておきます。
3 アパレイユ	卵黄 1/2 個分 砂糖 5g 生クリーム 50g バニラエッセンス 適量	①卵黄をほぐし砂糖を加えて混ぜ、生クリームとバニラエッセンスを加え混ぜます ②焼成したボトムにポンム・カラメリゼ、アパレイユを入れて焼きます。(200℃18分) ③焼成後、粗熱を取り、型からはずしマースフィルムをピッタリと巻きます。
4 クレーム・パティシエール	卵黄 1と1/2 個分 砂糖 8g 薄力粉 10g 牛乳 100cc バニラエッセンス 適量	①鍋に牛乳を入れ、バニラエッセンスを数滴加え、沸騰直前まで温めます。 ②ボウルに卵黄・砂糖を入れ、白っぽくなるまで混ぜます。そして、薄力粉をふるい入れ混ぜます。 ③②に①を加え溶きのばし、鍋に戻します。

5	クレーム・シブースト	イタリアンメレンゲ 卵白 1 と 2/1 個分 砂糖 5g 砂糖 50g 水 15cc 粉ゼラチン 2g 冷水 8g	①冷水中に粉ゼラチンを振り入れゼラチンを作っておきます。 ②▲鍋に砂糖(50g)・水を入れ、加熱(中火)し、120℃まで煮詰めます。(茶色く色づく寸前) ★卵白のコシを切って砂糖を加えハネに軽くかかる位まで、少し泡だてます。 ③★を混ぜながら▲を少しずつ加えます。▲が全部入ったら荒熱が取れるまで高速でまぜ、低速でキメをととのえます。 ④クレーム・パティシエールに①のゼラチンを加えて煮溶かし裏ごしします。 ⑤④に③を2回に分けて加え、その都度泡立て器で切り混ぜます。 ⑥ボトムに流し入れ、表面を平らにし、冷やし固めます。(冷凍庫 20分)
6	仕上げ用ゼリー・仕上げ	粉ゼラチン 2g 冷水 8cc グラニュー糖 15g 水 5cc 水 60cc	①鍋にグラニュー糖・水(5cc)を入れカラメル色になるまで焦がします。水(60cc)を加え、一度沸騰させます。 ②火を止め、粗熱を取ったらゼラチンを加え、茶こしでこし、冷水にあて、とろみをつけます。 ③冷やしていたクレーム・シブーストの上にかけて、冷やして、雨を飾りつければ完成です。
7			
8			
9			
10			