

第1回栃木県内高等学校牛乳・乳製品料理コンクールエントリー用紙

料理名	塩レモンミルククリームのツリー	レシピの種類	<input type="checkbox"/> 料理のレシピ <input checked="" type="checkbox"/> 菓子・デザートレシピ																																				
材料（4人分）	<p>▶ 牛乳使用量 <u>400</u> ml ※牛乳は200ml以上を使用してください。その他乳製品の使用は自由です。</p> <p>▶ 材料費 <u>1150</u> 円 ※料理の部と菓子・デザート部の合計で5,000円以内です。</p> <p><クレープ生地> <塩レモンミルククリーム> <デコレーション></p> <table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td>米粉</td><td>35g</td> <td>牛乳</td><td>300ml</td> <td>スポンジケーキ</td><td>(市販品)</td> </tr> <tr> <td>抹茶</td><td>3g</td> <td>米粉</td><td>18g</td> <td>いちご</td><td>4粒</td> </tr> <tr> <td>砂糖</td><td>13g</td> <td>砂糖</td><td>18g</td> <td>粉糖</td><td>適宜</td> </tr> <tr> <td>牛乳</td><td>100ml</td> <td>岩塩</td><td>1.5g</td> <td>ココアパウダー</td><td>適宜</td> </tr> <tr> <td>卵</td><td>1個</td> <td>ゼラチン</td><td>2g (湯10ml)</td> <td>フルーツ・ミント</td><td>適宜</td> </tr> <tr> <td>バター</td><td>6g</td> <td>レモン</td><td>1/2個 (レモン汁小さじ2、すりおろした皮1g)</td> <td></td><td></td> </tr> </table>			米粉	35g	牛乳	300ml	スポンジケーキ	(市販品)	抹茶	3g	米粉	18g	いちご	4粒	砂糖	13g	砂糖	18g	粉糖	適宜	牛乳	100ml	岩塩	1.5g	ココアパウダー	適宜	卵	1個	ゼラチン	2g (湯10ml)	フルーツ・ミント	適宜	バター	6g	レモン	1/2個 (レモン汁小さじ2、すりおろした皮1g)		
米粉	35g	牛乳	300ml	スポンジケーキ	(市販品)																																		
抹茶	3g	米粉	18g	いちご	4粒																																		
砂糖	13g	砂糖	18g	粉糖	適宜																																		
牛乳	100ml	岩塩	1.5g	ココアパウダー	適宜																																		
卵	1個	ゼラチン	2g (湯10ml)	フルーツ・ミント	適宜																																		
バター	6g	レモン	1/2個 (レモン汁小さじ2、すりおろした皮1g)																																				
作り方	<p>▶ 所要時間 <u>50</u> 分 ※下ごしらえ、後片付けを含めて60分以内です。</p> <p><クレープ生地> ①抹茶と米粉をよく混ぜてふるいにかけて、砂糖を加えてよく混ぜる。</p> <p>②人肌に温めた牛乳を入れてよく混ぜてから、溶き卵と溶かしバターを入れてさらによく混ぜてから漉す。(ねかせる)</p> <p>③温めたフライパンに薄く油(分量外)を引き、クレープ生地を焼く。</p> <p><塩レモンミルククリーム> ①レモンの皮をすりおろす。レモン汁を絞る。</p> <p>②鍋に米粉・砂糖・岩塩を入れ、サラサラになるまでよく混ぜ、牛乳を少しずつ入れて溶く。</p> <p>③かき混ぜながら中火で加熱し、沸騰したらさらに2分加熱し、火からおろす。</p> <p>④お湯で溶かしたゼラチンを入れ、氷水にあてながら10℃以下になるまでかき混ぜ続けながら冷ます。</p> <p>⑤レモン汁・すりおろしたレモンの皮を入れて混ぜる。</p> <p><デコレーション></p> <p>①丸く型抜きしたスポンジケーキにクリームを絞り、苺をのせ、苺の周りにクリームを絞る。</p> <p>②クレープに切込み(半径)を入れ、①を円錐状に包む。重なる部分はクリームでとめる。</p> <p>③フルーツ・粉糖・ココアパウダーで飾る。</p>																																						
料理のポイント	<p>▶ どんな人に食べてもらいたい?どんなシーンで?苦労した点・・・等々</p> <p>生クリームを使っていないので、カロリーダウン。塩レモンでさらにさっぱりした味わいのケーキにした。米粉だけだとクリームが柔らかいので、絞りがやすくなるためにゼラチンを入れた。</p>																																						

学校名	栃木県立栃木女子高等学校
-----	--------------