



ジャガイモブラン

小西 凪沙さん(兵庫県立社高等学校)



対象：ユウキくんのおやつ…1人分のエネルギー：561kcal

材 料 (1人分)

<タルト生地>

小麦粉	20g
無塩バター	12g
砂糖	8g
卵黄	7g

<じゃがいもクリーム>

じゃがいも(メイクイン)	正味50g
砂糖	7g
生クリーム	小さじ2と1/2
牛乳	小さじ1

<カスタードクリーム>

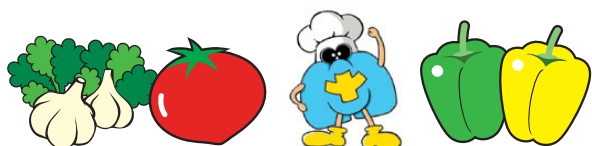
卵黄	25g
オリゴ糖(液体)	28g
無調整豆乳	65mL
コーンスターチ	10g

作り方

- ① タルト生地を作る。バターに砂糖、卵黄、ふるった小麦粉を加えこねる。
- ② ①を冷蔵庫で30分ほど休ませる。生地を3mm程の厚さに伸ばし、タルト型に敷く。フォークで底に穴を開ける。
- ③ 180℃に予熱したオーブンに入れ、10～15分焼く。
- ④ じゃがいもクリームを作る。じゃがいもを茹でて皮を剥く。
- ⑤ フードプロセッサーに④、生クリーム、砂糖、牛乳を加え、滑らかなクリームにする。
- ⑥ カスタードクリームを作る。鍋に豆乳を入れ、沸騰直前まで温める。ボウルに卵黄を入れて泡だて器でほぐしてから、オリゴ糖を入れて混ぜる。そこへコーンスターチを振り入れ、温めた豆乳の半量を入れて溶きのばす。これを漉して鍋に戻し、焦がさないように木べらで混ぜながら火に掛け、滑らかなクリームにする。
- ⑦ カスタードクリームが冷めたら、タルト生地に盛る。
- ⑧ ⑦の上からじゃがいもクリームを絞る。

★ One Point

カスタードクリームに負けておらず、じゃがいもの風味を楽しめます。



レシピを考えた理由

手軽な食材を使いたいと思い、家で収穫しているじゃがいもをテーマに考えようと思いました。二つ目は、じゃがいもを使用したスイーツを見たことが無かったので、ユウキくんのおやつにチャレンジしました。

1回目の試作では、カスタードの甘さにじゃがいもが負けてしまい、じゃがいもの良い点が消えてしまったため、2回目の試作では、カスタードを生クリームから豆乳に替えて作りました。甘さを抑えることができ、じゃがいもの風味を残すことに成功しました。家族にも好評で、じゃがいものいつもと違った楽しみ方を発見することができました。

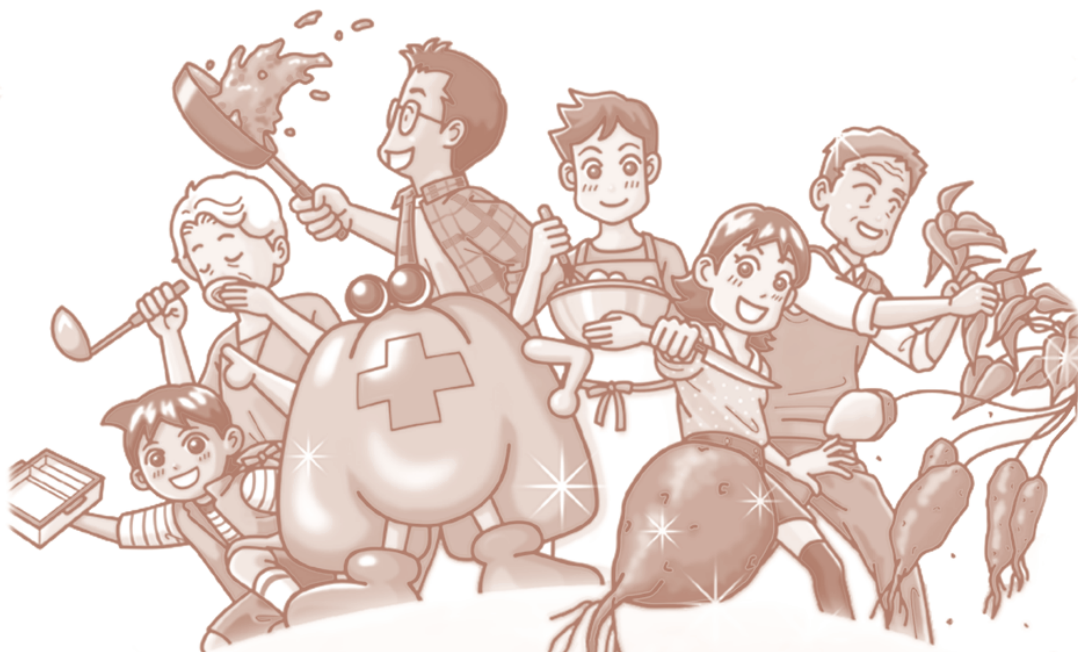


illustration by Hulip sodeoka