



ブルーベリーミルクムース

●三重県立相可高等学校／白玉 涼華(16歳) 三重県松坂市



■材料

〈ミルクムース〉

- ・牛乳 200ml
- ・スキムミルク 大さじ4
- ・練乳 大さじ3
- ・バニラオイル 2~3滴
- ・ゼラチン 6g
- 〈A〉
 - ・生クリーム(脂肪分35%) 200ml
 - ・グラニュー糖 大さじ1
 - ・スキムミルク 大さじ3
 - ・バニラエッセンス 2~3滴

〈ブルーベリー寒天〉

- ・ブルーベリー 80g
- ・水 200ml
- ・グラニュー糖 20g
- ・寒天 2g
- 〈トッピング〉
 - ・ブルーベリージャム 適量
 - ・ホイップクリーム 適量
 - ・ブルーベリー 8粒
 - ・ミント 適量

■作り方

〈ミルクムース〉

- ① ゼラチンを氷水で10~15分ふやかす。
- ② 鍋にスキムミルクと練乳を入れ、牛乳を少し入れてよく溶いたら
残りの牛乳とバニラオイルを加えて混ぜる。
- ③ ②を火にかけて沸騰寸前まで温める。
火からおろし、ふやかしたゼラチンを加えてよく混ぜたら裏漉しする。
- ④ Aをボウルに入れ、八分立てにする。
- ⑤ ③を氷水にあて、とろみがつくまで混ぜる。
- ⑥ ④と⑤を合せ、器の3/5まで流し入れて冷蔵庫で1~2時間冷やす。

〈ブルーベリー寒天〉

- ⑦ 小鍋に寒天と水120mlを入れて火にかける。
寒天が溶けて沸騰したら砂糖と水80mlとブルーベリーを漬しながら入れる。
- ⑧ 材料が混ざったら火を止め、粗熱が取れたらミルクムースの上に器の1/5まで流し、冷蔵庫で冷やす。
固まったら残り1/5にミルクムースを流し、ハート型に抜き、ブルーベリージャムを入れる。

〈トッピング〉

- ⑨ ホイップクリームを絞り、その上にブルーベリーを乗せ、ミントを飾れば完成。

〈一言アドバイス〉

ブルーベリーとミルクの相性は良いのですが、
練乳の甘味が強すぎるので、使用する材料と食材を見直すと良いでしょう。