



生クリームプリンカステラ

長野県上高井郡 屋代南高等学校 山口小桜

寸評

トロトロのプリンとふわふわのカステラの組み合わせが食べていて楽しかったです。
シンプルな材料なので挑戦しやすいですね。



材料
(4人分)

[カラメル]
砂糖 …………… 35g
水 …………… 20ml

[プリン]
牛乳 …………… 200ml
卵黄 …………… 2個
砂糖 …………… 40g
生クリーム …………… 100ml
ハチミツ …………… 2g

[カステラ]
卵 …………… 1個
砂糖 …………… 25g
ハチミツ …………… 10g
薄力粉 …………… 30g

[クリーム]
生クリーム(動物性) …………… 50ml
グラニュー糖 …………… 5g

作り方

〈カラメル〉

1. 鍋に砂糖・水半量を入れてカラメル色になるまで火にかける。色付いたら火を止めて水を入れる。
2. 1. を耐熱カップに入れて冷蔵庫で冷やしておく。

〈プリン〉

1. ボウルに卵黄・砂糖・ハチミツを入れて混ぜる。
2. 鍋に牛乳(200ml)・生クリームを入れて気泡が出るまで弱火で加熱する。
3. 1. に2. を少しずつ加えながら混ぜる。

〈カステラ〉

1. 卵・砂糖・ハチミツを湯煎にかけて白っぽくなるまで泡立てる。
2. 薄力粉をふるってさっくりと混ぜ合わせる。
3. カラメルが入ったカップに〈プリン〉の液を濾して入れる。その上に〈カステラ〉の生地を入れる。
4. 湯を張った天板に並べて150℃のオーブンで様子を見ながら40分焼く。
5. 冷蔵庫で冷やす。
6. 生クリーム・砂糖を泡立てる。
7. ホイップクリームを乗せる。



審査委員長のアドバイス

抹茶やほうじ茶、かぼちゃなどアレンジを加えるとバリエーションも広がります。