

第4回 三重グルメをつくろう！



絶品デザート



「三重県産イチゴ」の魅力を堪能しよう！

イチゴのババロア

料理監修：大川 円



材
料

【4人分】

〔ババロア用〕

- ・イチゴ (150g)
- ・グラニュー糖 (大さじ2)
- ・レモン汁 (小さじ1)
- ・牛乳 (150ml)
- ・グラニュー糖 (大さじ3)
- ・粉ゼラチン (5g)
- ・水 (大さじ2)
- ・生クリーム (100ml)

〔ソース用〕

- ・イチゴ (150g)
- ・グラニュー糖 (大さじ1)
- ・レモン汁 (大さじ1)

〔デコレーション用〕

- ・生クリーム (100ml)
- ・グラニュー糖 (10g)
- ・イチゴ (お好みで)
- ・ミント (お好みで)



1 ババロア用のイチゴをミキサーにかき、グラニュー糖とレモン汁を加えてイチゴピューレをつくる。



5 容器に④を流し入れ、氷水で冷やし固める。(30分～1時間程度)



2 ソース用のイチゴをミキサーにかき、グラニュー糖とレモン汁を加えてイチゴピューレをつくる。



6 冷やし固めた⑤に②のソース用イチゴピューレをかけて、お好みにカットしたイチゴをトッピング。



3 牛乳を人肌に温めグラニュー糖を溶かし、水でふやかしたゼラチンを加えて溶かしたら濾しておく。



7 デコレーション用の生クリームにグラニュー糖を加えてツノが立つ程度までホイップしたら、絞り袋に入れて上に絞る。



4 ババロア用の生クリームを6～7分立てにホイップし、①のババロア用イチゴピューレ、③と合わせて混ぜる。



8 ミントをお好みで飾って完成！



「三重の地物一番」「みえの安心食材」マークのついた食材を使いましょう！