

優良賞

「イカしてるね!!イカくん!!」

山田 千穂 (岐阜女子高等学校)



特徴

誕生日なので、楽しく食べられる物にしました。イカは本物みたいにするために、はるさめで足、マッシュポテトで目を付け、かわいく仕上げました。中は彩りよく野菜と卵が入っており、マヨしょうゆでからめた貝が腸内と合います。また、中に卵、まわりが腸内なので、親子まきとなっています。

自己評価

イカは好きでしたが、お肉やグリーンピースなど、盛り合わせましたが、家で残っている物に作りました。美味しくつくりました。そこでマッシュポテトをくっつけることを思いました。誕生日なので、子供だけでなく、お父さんのつまみなどに作るのも、家族全員で楽しめるものになり良かったです。具は肉を多く新米大盛りにして、上手くできるようなり良かったです。

優良賞

「なめらかプリンタルト」

村瀬 理華 (岐阜県立岐阜農林高等学校)



特徴

サクサクしたクッキー生地のようなタルト生地とゼラチンのびるびる感をプリンに取り入れた簡単に作れるプリンタルトです。動物性脂肪をある程度ヘルシーなプリンタルトです。

自己評価

卵黄と卵白の割合を工夫し、なめらかなプリン独特のあいしさを引き出しました。タルト台のサクサク感を出すのに、材料と分量の配合を工夫しました。

材料:4人分.....

にんじん..... 100g
しいたけ..... 20g
卵(うす焼き用)..... 2個
枝豆..... 20g
マヨネーズ..... 大さじ1
しょうゆ..... 10g
塩・こしょう..... 少々
鶏胸肉..... 2枚(271g)
塩・こしょう..... 少々

はるさめ..... 20g
小麦粉..... 40g
衣(卵衣用)..... 30g
コーンフレーク..... 50g
マッシュポテト..... 20g
のり..... 1g
チーズ..... 30g
シュウマイの皮..... 40g
パセリ(飾り用)..... 少々

作り方.....

- ①にんじん(50g)としいたけ(10g)を細切りにし、形める。
- ②卵(うす焼き用(1個))でうす焼き卵を作り、細切りにする。
- ③枝豆を茹でて1/4に切る。
- ④ボールにマヨネーズ、しょうゆ、塩、こしょうでたれを作る。
- ⑤④に②の半量のにんじん、しいたけ、①の卵を入れあえる。
- ⑥鶏肉は、1枚は薄くそぎ切りにし、肉は大きめに切る。
- ⑦両面に塩・こしょうをふる。
- ⑧⑤を中に入れて焼き、下の方にははるさめを差し込む。
- ⑨小麦粉、卵、コーンフレークの順に衣をつける。
- ⑩衣で揚げ、マッシュポテトをつける。
- ⑪マッシュポテトの上、のりをのせ、楽しい表情をつける。
- (イソギンチャク)
- ⑫にんじん(50g)、しいたけ(10g)、

- ⑬チーズはシュウマイの皮より少し小さめの四角に切る。
- ⑭⑬のにんじん、しいたけを形める。
- ⑮卵白は、形めておく。
- ⑯⑮と⑥に塩こしょうをし、混ぜる。
- ⑰卵(うす焼き用(1個))でうす焼き卵を作り、シュウマイの皮より少し小さめの四角に切っておく。
- ⑱シュウマイの皮に、⑯のうす焼き卵、⑬の具を順にのせ包む。
- ⑲170℃の油で、色が何と程度まで揚げる。
- ⑳パセリを添える。

審査員コメント

誕生日のイカをいらしさだけで無く、まわりにまぶしたコーンフレークの食感やともも肉がかったと思えます。腸内で養った貝には味がしっかりとついていて、美味しく食べました。イソギンチャクシュウマイの皮で作った「イソギンチャク」も貝にチーズを加えたり、工夫が感じられました。審査員全員で賞されるお料理だと思います。

材料:4人分.....

タルト生地..... 1個分
グラニュー糖..... 50g
薄力粉..... 130g
アーモンドプードル..... 20g
卵..... 1個
グラニュー糖..... 30g
サラダ油..... 30g
プリン生地..... 2個
卵黄..... 2個
水..... 大さじ2

卵白..... 1個分
グラニュー糖..... 50g
牛乳..... 100cc
生クリーム..... 130cc
粉ゼラチン..... 5g
水..... 大さじ2
(ニラエッセンス 適量)
(カラメルゼリー)
グラニュー糖..... 45g
水..... 大さじ2

水..... 大さじ3
粉ゼラチン..... 3g
水..... 大さじ3
(トッピング)
白桃..... 適量
黄桃..... 適量
いちご..... 4個
ミントの葉..... 適量
生クリーム..... 50cc
グラニュー糖 小さじ1

作り方.....

- (タルト生地)
- ①卵、グラニュー糖、サラダ油をボールに入れ、泡立て器で全体がきよく混ぜる。
- ②ふるいにかけおろし粉とアーモンドプードルを入れ、ゴムべらで切るように混ぜる。粉っぽさがなくなる程度ぐらいの所で混ぜる。
- ③ラップに生地を包み、冷蔵庫で1時間くらい寝かせる。
- ④生地をめん棒で3mm位の厚さになるように伸ばす。
- ⑤生地の上に型を逆さにしてのせ、その状態のままひっくり返す。型に合わせて形を整え、その上からめん棒を転がして余分な油を落とす。
- ⑥オーブンを170℃に予熱する。その間に、フォークでタルト生地と型の間を刺しておく。
- ⑦予熱が完了したら天板にクッキングシートを敷き、タルト生地をのせて、170℃

- のオーブンで15~20分焼く。
- ⑧焼き上がった後、冷めるまで待ち、冷めたら型から取り出す。
- (プリン生地)
- ①粉ゼラチンを水にふり入れてよくかき、湯煎にかけて溶かしておく。
- ②ボールに卵黄と卵白とグラニュー糖を入れ、泡立て器でかき混ぜる。
- ③鍋に牛乳と生クリームを入れて中火で火にかける。泡が湧き始めたら火を止めて火力を外す。(ニラエッセンスを入れる。)
- ④③の鍋が熱いうちに、①のゼラチンを加えてよく混ぜる。
- ⑤のボールに少しづつ加えて混ぜる。
- ⑥⑥を一度こし器でこして、ボールの底に湯水をあててとろみをつける。
- ⑦はじめに作ったタルト台に流し込んで冷蔵庫で約1時間凍らせておく。
- (カラメルゼリー)
- ①粉ゼラチンを水でふやかしておく。
- ②グラニュー糖と水を耐熱容器に入れて電子レンジで少し煮詰めて色になるまで加熱し、すばやく水を加えて早く混ぜる。
- ③で火を止めておいてゼラチンを加え、全体が混ぜるまでよく混ぜる。
- ④だいたい1割くらいは混ぜたら、プリンタルトの上に流し込んでラップをせずに冷蔵庫で冷やし固める。
- (盛りつけ)
- 生クリームをホイップし、黄桃、白桃、いちごを用いて盛りつける。
- 最後にミントの葉をのせる。

審査員コメント

プリンとタルトの食感の違いがポイントでした。出来上がったから早くお召し上がり。