

洋菓子 米粉(稲穂ゴールド)を使った料理



シュークリーム

・・・ 材料(6個分) ・・・

牛乳	40g	}	A
水	40g		
無塩バター	40g		
塩	ひとつまみ		
グラニュー糖	ひとつまみ		

米粉(稲穂ゴールド)	40g
卵(M)	2個

・・・ 作り方 ・・・



1. Aの材料を鍋に入れ沸騰させる。バターが溶けて湧き上がってきたら火を止める。
完全に沸騰させる前に米粉を入れると膨らまない原因になる
2. 1に米粉を一気に入れて、ひとまとまりになるように1分~1分半ヘラでしっかり練る。
何分も練っていると油が出てくるので注意！！
3. 卵を溶きほぐし、2に1/4の卵を入れて生地がなめらかなるまで混ぜる。
4. 3と同じことを2回繰り返す。
5. 小さじで卵を少しずつ加えて混ぜるのを繰り返し、ヘラからゆっくり生地が落ち、ヘラに生地が三角形に残る状態(写真 a)になったら卵が残っていても加えるのをやめる。 **これが最大のポイント**
6. 直径1.5cmの丸口金をつけた絞り袋に5を詰める。天板に間隔をあけて4~5cmほどに絞り出す。
7. 200℃に予熱したオーブンで20分、180℃に下げて10分焼く。乾燥させるためオーブンに入れたまま冷ます。
8. シューの横に切り込みを入れ、カスタードクリームや生クリームなどを入れる。

米粉のカスタードクリームの作り方

1. 鍋に卵黄1ヶを割りほぐし、砂糖15g、米粉15gを加え、すり混ぜる。
2. 牛乳150mlを3回に分けて混ぜる。(ダマが気になるようなら一度ザルでこす)
3. 中火にかけ、木べらで手早く攪拌しながら、もったりしてきたら火から下ろし、バター5gを加え混ぜる。
4. バニラエッセンスを加え混ぜる。



写真 a