

2021年11月13日

ひとり暮らし応援!料理教室レシピ

料理教室で作ったレシピを公開します。ぜひ挑戦してみてください

【フルーツたっぷりミルクレープ】

〈材料〉1人分

薄力粉	100 g	〈チーズクリーム〉	
強力粉	100 g	ナチュラルクリームチーズ	200 g
三温糖	100 g	生クリーム 乳脂肪	300 g
鶏卵 全卵	200 g	上白糖	80 g
普通牛乳	600 g	はちみつ	40 g
有塩バター	40 g	レモン 果汁	40 g
キウイフルーツ	200 g	ラム酒	5 g
バナナ	300 g	〈ホイップ用〉	
いちご	300 g	生クリーム 乳脂肪	100 g
もも (黄桃) 缶詰	250 g		

〈作り方〉

- ①バターは、耐熱容器に入れ、電子レンジで溶かしておく。
- ②薄力粉・強力粉はふるいにかけて、砂糖を加えて混ぜる。
- ③溶き卵を加えたら、ダマがなくなるまでしっかり混ぜる。粗熱をとった①のバターも加えて、しっかり混ぜ合わせる。
- ④牛乳を2~3回に分けて加えながらよく混ぜる。
- ⑤油を薄くしいたフライパンを中火で熱し、お玉一杯分を入れ、軽く回し円形にしたら、縁がチリチリと茶色くなるまで加熱する。
- ⑥裏返し、5~10秒焼いてバットに取り出し、クリームが溶けないよう冷ましておく。
- ⑦チーズクリームを作る。ボウルにクリームチーズを入れ、滑らかになるよう混ぜたら砂糖・はちみつを加え混ぜる。レモン汁・ラム酒を加えて滑らかになるまで混ぜる。
- ⑧生クリームは、2~3回に分けて加える。7~8部たてに混ぜる。
- ⑨果物は、7~8mm厚さに切る。
- ⑩クレープにクリームを塗り、果物を載せ、クレープを置きを4~5回繰り返す。

