

作品タイトル

食べるスープ三重層

このひと切れで一度に三種類のスープが楽しめます。見た目はケーキ、食べると料理、見た目とのギャップも楽しめます。かぼちゃに豊富に含まれる抗酸化ビタミンと、牛乳に含まれるカルシウム。エビの中に含まれるタウリンで、血中コレステロールを下げる効果があります。
栄養満点の食べるスープです！

材料 4人分

牛 乳 (成分無調整) 200 ml

<タルト台>

冷凍パイシート(18×18)・・・1枚
強力粉(打ち粉)・・・15g
卵黄・・・1個

<2層目 かぼちゃ>

アガー・・・・・・・・・・4g
水・・・・・・・・・・125ml
かぼちゃペースト・・・・30g

<3層目 ベシヤメルソース>

牛乳・・・・・・・・・・200ml
薄力粉・・・・・・・・・・20g
無塩バター・・・・・・30g
塩・・・・・・・・・・1.5g

<1層目 エビ>

コンソメキューブ・・・・2個
アガー・・・・・・・・・・6g
水・・・・・・・・・・300ml

茹でエビ・・・・・・90g(10尾)
(1層目6尾・飾用4尾)

<飾り>

かぼちゃペースト・・・・20g
ローズマリー・・・・4本(5cm)

型は直径17.5cm、高さ3.5cmのキッシュ型を使用

作り方

- ① 型にセパレを吹き付け、強力粉で打ち粉をし、パイシートを伸ばし型に入れ、周りを切り、ピケをする。オープンシートをのせ、重石を置いて220℃で10分焼く。10分焼いたら卵黄を塗り、220℃5分焼く。
- ② 焼いている間にエビ6尾を5～7mm角に切っておく。乾いた鍋を2つ用意し、1つ目にアガー6gとコンソメキューブ2個入れ混ぜる。2つ目にアガー4gを入れておく。
⑤で使う薄力粉を、だまにならないよう、ふるっておく。
- ③ 生地が焼けたら冷凍庫に入れ、冷やす。その間に1つ目の鍋に水300mlを入れ、沸騰させ1分したら火を消し、切ったエビを入れ生地に流し、冷凍庫で冷やす。(流す前に熱を取っておく。)
- ④ 2つ目の鍋に水125mlとかぼちゃペースト30g入れ混ぜ沸騰させ1分したら、先程流した上にゴムベラにそってそっと流す。穴をあけないように。冷凍庫で冷やす。(流す前に熱を取っておく。)
- ⑤ 鍋にバターを入れ溶かす。薄力粉を入れ木べらで混ぜる。
- ⑥ 牛乳を4～5回に分けて入れベシヤメルソースを作る。塩で味を整える。
出来たら、熱いうちに一面に広がるように流し、残りにかぼちゃペースト20gを入れ混ぜ星口金8-8を付けた絞り袋に入れ平らに薄くし、冷凍する。
- ⑦ タルト本体も冷凍する。洗い物をする。
- ⑧ 絞り袋の中が冷えたら周りにシエル絞りを20個し、その内側にローズ絞りを4個絞る。
その上に切っていないエビをのせ、ローズマリーをのせ、1/4カットしたら完成。