

かんたん! フルーツパフェ



材料

(4人分)

カステラ (2切れ程度)

みかん缶

キウイ

バナナ など

お好みの
フルーツ

お好みのフルーツ



A シロップ (みかん缶のシロップを大さじ2程度)

B カスタードクリーム

(卵2個、グラニュー糖50グラム、コーンスターチ大さじ2
牛乳240cc、バニラエッセンス少々)

★コーンスターチを小麦粉に変えてもできますが、コーンスターチのほうがなめらかでおいしいカスタードができるよ!

C 生クリーム

(生クリーム100cc、砂糖大さじ1、バニラエッセンス少々)

★残りの生クリームもホイップして冷凍しておく、保存ができます。
コーヒーにひとさじ入れるとウインナコーヒーに!!

作り方



① カステラを一口サイズに切る。



② みかん缶をザルに上げ、シロップを水切りする。



③ キウイやバナナを一口サイズに切る。



④ みかん缶のシロップをお好みの量カステラにふりかける。

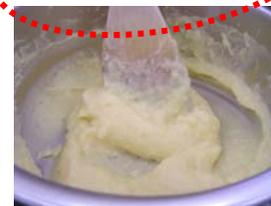
⑤ Cの材料を混ぜ、生クリームをつくる。

氷水でボウルを冷やしながらかき混ぜるとよい。



⑥ Bの材料を混ぜ、カスタードクリームをつくる。

手作りカスタードは、
本当においしいよ!



おいしいカスタードクリームのつくり方

- ① グラニュー糖、コーンスターチ、牛乳、溶き卵をよく混ぜる。(グラニュー糖がとけるまで) ザルなどで一度こすと、なめらかになるよ!
- ② 中弱火で、焦げないように、木じゃくしなどで、なべ底からしっかり混ぜる。とろみがついたら火をとめる。ふたをしないで荒熱が取れたら、バニラエッセンスを加え混ぜ合わせる。



⑦ カステラ、フルーツ、カスタードクリーム、生クリームを器に盛る。

