

平成22年度入賞作品

県西の野菜 ベジタブル・スイーツコンテスト レシピ

【新たな発見！じっくり味わうスイーツの部】



作品名	ポパとまロール		
PRポイント	ほうれん草の緑のスポンジにトマトの赤いゼリー & クリームで見た目もきれい。トマトの酸味とクリームチーズがマッチして、しっとり仕上げたスポンジとよく合います。 野菜嫌いのお子さんもペロリと食べちゃうおいしさです。デザート感覚でたっぷり野菜を食べて下さい！		
材料 (8人分)	(トマトゼリー) ・トマト 2個 ・砂糖 80g ・レモン汁 大さじ1 ・ゼラチン 2.5g ・生クリーム 200cc ・クリームチーズ 50g ・砂糖 大さじ1	(スポンジ生地) ・小麦粉 60g ・ほうれん草 50g ・牛乳 40cc ・サラダ油 大さじ2 ・卵(L) 4個 ・はちみつ 大さじ2 ・砂糖 30g	1人前野菜使用量 44g
作り方	<p>トマトを湯むきしてへたを取り、ざく切りにする。 と砂糖を鍋に入れて、混ぜながら加熱する。 トマトをつぶすように煮詰めて、途中でアクを丁寧に取り、レモン汁を加える。 とろみがついて煮詰まってきたら、ミキサーにかける。 の半量と水100ccを加熱してゼラチンを混ぜたら、粗熱をとって冷蔵庫で冷やし固める。 の残り半量と生クリーム、クリームチーズ、砂糖をボールに入れてハンドミキサーでツノが立つまでしっかり泡立てる。 スポンジ生地を作る。オーブンは170 で予熱する。 小麦粉はふるっておく。ほうれん草は茹でて水気を絞りざく切りにしておく。 ほうれん草と牛乳、サラダ油をミキサーにかける。 卵の白身をしっかり泡立て、砂糖を3回くらいに分けて加えながらツノが立つメレンゲを作る。 卵の黄身を白っぽくなるまで混ぜたら、ハチミツと を混ぜ込む。 に小麦粉を加えてさっくり混ぜたら、 のメレンゲを3回に分けて加え泡をつぶさないよう切るように混ぜる。 オーブンシートを敷いた天板(型)に流し込み、平らにならしてから空気抜きをする。 170 のオーブンで20分焼き、取り出して冷ます。 オーブンシートの上に を広げて、 のクリームを塗ったら のゼリーをスプーン等で手前から5cmの辺りに横一直線に置く。 シートを使って一気に巻き込んだら、冷蔵庫で落ち着かせた後、切り分けて出来上がり！</p>		

