

## オーガニック教室 2019年6月

### 【アーモンドプリンを作ろう】

#### 【アーモンドプリン】

400g	アーモンドミルク	80g	グラニュー糖
200g	アーモンドスライス	100g	水
50g	サワークリーム	7g	粉ゼラチン
80g	グラニュー糖	35g	水
アーモンドミルクを足して350gにする		100g	アーモンドミルク
		100g	生クリーム

- 1) 鍋に牛乳、アーモンドスライスを入れ沸騰させます。
- 2) サワークリームとグラニュー糖を入れ再度沸騰させたのち、  
ごく弱火で軽く二分間沸騰させながら、アーモンドの旨味を抽出します。
- 3) これを裏ごしします。アーモンドの香りを逃がさない様にギューギュー抑えながら  
アーモンドミルクを絞り出します。
- 4) 3)のアーモンドミルクに生アーモンドミルクを足して350gに調整します。
- 5) グラニュー糖と水を軽く沸騰させ、ふやかした粉ゼラチンをよく溶かします。
- 6) 4)のアーモンドミルクと5)の液体を合わせます。
- 7) 6)の液体を氷水に付けゴムベラを使い冷やししながら10度まで下げます。
- 8) 10度まで下がったら、100gのアーモンドミルクと100gの生クリームを一度に加え  
さらに7)と同じように7度まで冷やし、グラスに入れ冷蔵庫で冷やします。

#### 【ソース・アングレーズ】

200g	牛乳	80g	アーモンドミルク
60g	卵黄	13g	アーモンドミルク
60g	グラニュー糖		

- 1) 牛乳を火にかけます。ボウルに卵黄とグラニュー糖を混ぜ、沸騰した牛乳1/3を3~4回に分け、  
残りは混ぜながらサツと加えます。
- 2) 再び火にかけて木べらで混ぜ、80℃まで加熱してとろみをつけます。 [90度直線前方]
- 3) 裏ごししてから氷水に漬け、5℃くらいまで冷やしたら、  
クレーム・アングレーズに生アーモンドミルクを加え香りを付け、牛乳で伸ばします。
- 4) ソースの中にとどまっていた気泡が牛乳によって粘度が下がり、  
すぐに表面に浮いてきますので、清潔な紙でこの泡を吸い取ります。  
表面に泡があると、ソースとしてクレーム・アングレーズを添える場合に、  
シャープでスッキリした舌触りが失われます。必ず取り除いて下さい。

#### <Finition>仕上げ

- ① 冷蔵庫より、グラスに入ったアーモンドプリンを出します。
- ② プリンカップと密着している縁を、人差し指と中指で軽く押しして外します。  
冷やしておいた皿に裏返しにのせ、皿を斜めに保ちながら下側に手早く振って更にあげます。  
これにクレーム・アングレーズを添えます。

#### ☆ポイント

- ・作り方はババロアズのためのクレーム・アングレーズと全く同じです。  
ただ、気泡がソースの中に入るのをできるだけ防ぐために、  
木べらで混ぜ [90度直線前方] 80℃まで加熱してとろみをつけます。