



◆第13回ゴーヤレシピコンテスト応募用紙◆

★花★タイトル★花★

ゴーヤ抹茶とホワイトチョコのムース



材料（8人分）

- ・ゴーヤ 1/2本
- ・本みりん 80ml
- ゼラチン 5g
- ホワイトチョコ 1枚（45g）
- 抹茶 10g
- 牛乳 150ml
- 生クリーム 100g
- 仕上げ用抹茶 適量



下準備

ゴーヤは半分に切って種を取り、薄切りにします。分量外の塩でもみ、下茹でします。

水気を切って鍋に入れ、本みりんを加えて煮ます。

ゼラチンは約4倍の水でふやかしておきます。



♪作り方♪

- ① ホワイトチョコは湯煎に当てて溶かし、抹茶を混ぜます。
- ② ふやかしたゼラチンも湯煎に当てて溶かし、①と合わせます。
- ③ 牛乳を少しずつ加えて混ぜます。
(固まってしまった場合は湯煎で溶かします)
- ④ 6分立てにした生クリームを加えて混ぜ、ゴーヤを加えます。
型に流して冷やします。
- ⑤ 固まれば型から外し、仕上げ用の抹茶をふります。

【カップに分け入れて仕上げてもOK!】



◆ポイント◆



★塩もみ、下茹で、みりん
で煮る事でゴーヤの苦みを
和らげました。

★苦みのある抹茶と合わせ
て、より食べやすく仕上げ
ました。

裏面下の枠内のご記入をお願いします。⇒