



◆第12回ゴーヤレシピコンテスト応募用紙◆

★ タイトル ★

ゴーヤのみりんティラミス



材料（4人分）

- ・ゴーヤ 1/2本
- ・本みりん 100ml
- ・生クリーム 100ml
- ・マスカルポーネチーズ 100g
- ・ゼラチン 5g
- ・カステラ 4切
- ・コーヒー（濃いめ）100ml
- ・砂糖 30g
- ・ココアパウダー 適量
- ・ミント 適量



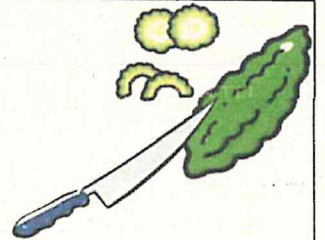
下準備

ゴーヤは飾り用に薄切りにし、残り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。

水気を切って輪切りはそのまま、残りは鍋に入れ、みりんを加えて煮ます。

ゼラチンは4倍の水でふやかし、湯せんに当てて溶かしておきます。



♪作り方♪

①生クリームは6分立てにします。

②ボウルにマスカルポーネチーズを入れ、柔らかく練ります。

ゴーヤ、溶かしたゼラチンを加えて混ぜます。

③②に①を入れて混ぜます。

④器にカステラの半量を入れ、コーヒーをしみこませ、③の半量を入れます。

⑤残りのカステラを入れてこれを繰り返す、冷やし固めます。

⑥フライパンに砂糖を入れてカラメルにし、飾り用のゴーヤに絡めます。

⑦⑤にココアパウダーをふり、⑥、ミントを飾ります。



◆ポイント◆

☆緑のカーテンで出来たゴーヤをスイーツに！

☆塩もみ、下茹で、みりんを煮る事でゴーヤの苦みを和らげました。

☆苦みのあるコーヒー、ココアと合わせて、より食べやすく仕上げました。