

おいしい・簡単・オシャレなお料理でおなじみの

吉原ひろこ先生のレシピシリーズ71

～オープンを使ったあま～いお菓子～

壺焼きバナナフディング



材 料 (5~6個分)

牛乳	...	2カップ
生クリーム	...	100cc
卵	...	5個
砂糖	...	80g
バニラ (バニラエッセンスまたはバニラビーンズ)	...	
バナナ (完熟)	...	1本
レモン	...	1/2個



<カラメルソース>

砂糖	...	大さじ4
水	...	大さじ1

<トッピング>

バナナ	...	1本 (レモン1/2をしぼって)
ミントの葉		
巨峰		
(ラズベリー)		

point! 色づいた柿の葉を添えると秋らしくなります。



1 鍋に牛乳、生クリーム、砂糖とバニラビーンズまたはエッセンスを入れ、弱火にかけて沸騰しないようにしながら砂糖をよく溶かし、火を止めて人肌まで冷ます。

2 バナナは、1.5センチぐらいに切り、色が変わらないためと、酸味でいっそうおいしくするために、レモンを絞りかけておく。



3 別のボウルに卵を割り、よくほぐして、人肌まで冷ました1を少しずつ加えて混ぜ、ストレーナーで漉す。

point! 卵のカラザは取り除いておきましょう。



4 壺に2のバナナを入れ、3を注ぎ入れて、140度のオープンに入れて、天板にじゅうぶん水を張り、30分間焼く。オープンのない人は湯気の立った蒸し器に入れ、布をかけてふたをしてごくちいさい火で40分間蒸す。

point! 壺にバターを塗っておくとくっつきにくくなります。



5 3が出来上がったところで、カラメルソースを作る。フライパンに砂糖を入れ、木べらで溶かしながら火にかける。溶けてあめ色になり始めたら、水を加え一旦火からおろしてかき混ぜ、また火にかける。ほど良くカラメル色になったら、火からおろす。



6 カラメルソースはすぐに4にかけ、5~10分後トッピングをする。



夏はよく冷やしたものを、冬場は熱々を食べるとおいしい。
フタをして出すのも、開けた時に驚きがあってよい。