

いちごのパバロアパフェ

新鮮ないちごで冷たくて美味しいパフェ

材料3人分

デザートカップ3個分

- いちご・・・100g
- レモンのしぼり汁・・・小さじ1/3
- ストロベリーリキュール・・・小さじ1/5
- 牛乳・・・80cc
- 砂糖・・・20g
- 粉ゼラチン・・・4g
- 冷水・・・20cc
- 生クリーム・・・120g
- コンデンスミルク（練乳）・・・10g（小さじ2）
- コーンフレーク・・・20g
- ミントの葉・・・あれば適量

準備

1. いちごを分ける
→パバロアの中に入れる分・・・60g
→トッピング用いちご・・・40g
2. 分けたいちごを切る
パバロアの中に入れる分のいちごは、フォークでつぶし、ピューレ状にする。レモンのしぼり汁、ストロベリーリキュールを加えておく。トッピング用のいちごは、1センチ角の角切りにする
3. 粉ゼラチンをもどす
粉ゼラチンに冷水をふりいれ、10分ほどふやかす。（クックゼラチンの場合は説明書を参考にしてください）
4. 生クリームを分ける
→パバロアの中に入れる分・・・80g
→トッピング用の生クリーム・・・40g

調理

1. 牛乳と砂糖を火にかけ、砂糖を溶かす。沸騰直前で火からおろす
2. 粗熱をとった（80℃以下）①に、戻したゼラチンを加えよく溶かす。このとき、しっかり混ぜるのがポイント！混ぜが少ないとカタマリができてしまいます
3. 人肌程度に冷ました②にピューレ状のいちごを加え混ぜ、生クリーム80gを加えさらに混ぜる
4. ラップを敷いたバットに③を流しいれ、ラップで包むようにして、冷蔵庫で冷やし固める（3時間程で固まります）

仕上げ・トッピング

1. 生クリーム40gにコンデンスミルクを加え、8分だてにする（8分だては、角が立つ程度）
2. コーンフレークをガラスの底に分け入れる
3. 固まったパバロアを冷蔵庫から取り出し、一人分を3～4回位に分けてすくい入れる
4. 泡立てた生クリーム①をスプーンでのせ、トッピング用のいちごと、ミントの葉を飾る

ひとこと

ピューレ状にしたいちごのはざわりが特徴のパバロアパフェ。ゼラチンを加える時、しっかり混ぜるのが大切。生クリームに練乳を加えるあたりも美味しくなるポイント
ゼラチンはコラーゲン100%なので、美容にもいいかも

レシピ参考 はんど&はあとBacknumber 6月号



レシピを印刷する