

キウイのハニーヨーグルト

キウイとハチミツの相性バッチリのヨーグルト

材料

材料直径6cmの容器×3個分

- プレーンヨーグルト・・・180g
- グラニュー糖・・・小1.5
- ゼラチン・・・5g
- 冷水・・・20cc

メレンゲ

- 卵白 卵1個分
- グラニュー糖・・・小さじ1.5

トッピング

- はちみつ・・・小さじ4
- キウイ 1個

準備

1. ゼラチンの上に冷水をふりかけ、約10分後、80°以下の湯せんでゼラチンを溶かす
2. メレンゲを作る。卵白をボウルに入れ、コシを切りながら軽く泡立て、グラニュー糖を加えて角が立つまでしっかり泡立てる

調理

1. プレーンヨーグルトにグラニュー糖を加え混ぜ溶かす。溶かしたゼラチンを手早く混ぜ、鍋の底に氷水にあてて冷やしながらとろみをつける
2. メレンゲの半分を加えて切り混ぜ、残りのメレンゲをすべて加えて切り混ぜる。このとき、泡をつぶさないように切り混ぜる。ふわふわになったら生地のできあがり
3. 容器の内側を水でぬらして、生地を8分目まで流し込む。冷蔵庫で冷やして固める
4. 食べる直前、トッピングのキウイを7mm位の角切りにして盛り付ける10~15分くらい前にはちみつを加えて冷やしておく
5. 冷え固まった生地の上にキウイフルーツをのせてつけておいたハチミツをかけたら完成

ひとこと

プレーンヨーグルトにグラニュー糖を少し加えてほのかに甘ずっぱいヨーグルトにふわふわのメレンゲを加えた本格派なカップデザートです

レシピ参考 はんど&はあとBacknumber ○月号



レシピを印刷する