

DESSERT

バニラスフレ

とてもシンプルな材料で作るスフレ。

あっという間にしぼんでしまうので、熱々すぐにテーブルに出します。オーブンから出したてのスフレが食べられるのは、キッチンとテーブルが近い家庭ならではの、卵白をしっかり泡立てたメレンゲにすれば、ふわっと膨らんだスフレを作ることができます。



材料

ココット2個分
牛乳：250g
バニラビーンズ：1/2本
バター：30g

薄力粉：30g
卵黄：3個分
グラニュー糖：20g

メレンゲ
卵白：140g
グラニュー糖：36g
粉糖：適宜

作り方

Step 1

牛乳とバニラビーンズを鞘からしごいたものを鍋に入れて沸騰させます。

Step 2

別の鍋でバターを溶かし、薄力粉を混ぜて牛乳を少しずつ加えてのばしていき、弱火にかけとろみをつけます。

Step 3

卵黄とグラニュー糖を混ぜたものを加え、さらに2～3分混ぜ、ボールに移して冷まします。

Step 4

ココットの内側にバターを塗って、グラニュー糖をまぶしておきます。

Step 5

メレンゲを作ります。

ボールに卵白をいれ、泡だて器で軽く立てます。

グラニュー糖を1/3加え泡立て、さらにグラニュー糖1/3加えてしっかりと角が出来るまで泡立てます。

残りのグラニュー糖を加えメレンゲのキメを整えます。

Step 6

STEP 3に少しのメレンゲを混ぜ、滑らかにします。このようにするとメレンゲがなじみやすくなります。

残りのメレンゲを加えさっくりと合わせます。

Step 7

STEP 6をココットに絞り、210℃のオーブンで15分ほど焼き、しっかりと膨らんだら取り出し、粉糖をかけて完成です。

※スフレはオーブンから出たところからしぼんでいくので、ぜひ焼き立てを。