



グレープフルーツ風味のキャラメルソースでいただきます♪

グレープフルーツのズン



【材料】 直径 7.5cm ココット 5 コ分

牛乳・・・・・・・・・・・・・200ml	グレープフルーツ・・・・・・・・・・・・・1/2コ
生クリーム・・・・・・・・・・・・・100ml	キャラメルソース
卵・・・・・・・・・・・・・2コ	・砂糖・・・・・・・・・・・・・100g
砂糖・・・・・・・・・・・・・60g	・水・・・・・・・・・・・・・大さじ3
	・グレープフルーツ果汁・・・・・・・・・・・・・100ml

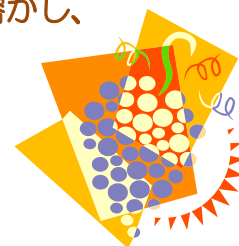
*果汁が足りない場合はグレープフルーツジュースを加えましょう。

【準備】

- (1) オーブンは、170℃に温めておきます。
- (2) グレープフルーツは、食べやすい大きさに切ります。
 - ① グレープフルーツの天地を落とし、切り口を下にして、まな板にのせます。
 - ② 皮と果肉の間に包丁を入れ、実の形に沿うようにカーブをつけて、縦に皮を削ぎます。
(このとき、果肉ぎりぎりのところに包丁を入れると、皮に実がつくのを防げます。)
 - ③ グレープフルーツを手を持って、実の両側から、薄皮のすぐそばにV字に包丁を入れ、くし形に果肉を取り出します。

【作り方】

- ① 牛乳を鍋に入れ、砂糖を加えて中火にかけます。時々、混ぜながら砂糖を溶かし、沸騰直前まで温めます。
- ② 加熱していない生クリームを静かに加え、ていねいに混ぜ合わせます。
*次に加える卵が固まらないよう、生地を温度を下げる役割をします。
- ③ ボウルに卵を入れ、空気を含ませないようにほぐし、②と合わせます。
- ④ ザルでこし、バットに並べた器（ココット）に注ぎます。
- ⑤ 準備したグレープフルーツの果肉を、④に加えます。果肉の一部は飾り用にとっておきます。
- ⑥ 温めたオーブンに入れ、バットにお湯を注いで20～25分、蒸し焼きにします。
- ⑦ 中央がふるふるっとした柔らかい状態を取り出し、粗熱を取って、冷蔵庫で冷やします。
- ⑧ 下記の要領でグレープフルーツ風味のキャラメルソースを作り、冷やします。
- ⑨ ⑦に、とっておいたグレープフルーツの果肉をのせ、⑧をかけます。



《グレープフルーツ風味のキャラメルソースの作り方》

- 1) 小鍋に砂糖と水を入れ、中火で煮詰めます。
- 2) 沸騰してきたら、耐熱性のハケで鍋肌に飛び散ったシロップを洗い落とします。
- 3) そのまま煮詰め、焦げ色がつき始めたら、グレープフルーツ果汁を加えます。
*果汁を加える際は、ヤケドをしないように十分注意しましょう。