



ポイント

市販のスポンジケーキを使って作るバレンタインケーキです。ムース作りでは溶かしたチョコレート、生クリーム、メレンゲを同程度の固さにしてから混ぜ合わせましょう。

ムース・オ・ショコラ

旬なレシピ

材料 6号(直径18cm)のケーキ型1台分

スポンジケーキ(チョコレート・6号)	1台
水	小さじ4+50ml
スイートチョコレート	70g
粉ゼラチン	小さじ2
ラム酒	大さじ1
生クリーム	200ml
卵白	1個分
砂糖	30g
ココア、金箔(きんぱく)	適宜
飾り用チョコレート(木の葉形など)	適宜

作り方

- ①スポンジケーキの外周を厚さ5mmくらい切る。粉ゼラチンは水(小さじ4)に入れてふやかす。
- ②鍋に水(50ml)を沸かし、刻んだチョコレートを湯せんする。火から下ろしてゼラチンを加える。
- ③生クリームは七分立て(とろみがあり、泡立て器ですくい落とすと跡が残るくらいの固さ)にする。卵白に砂糖の半量(15g)を加えて軽く角が立つまで泡立てる。残りの半量を加えて再度泡立

てて、つやと張りがあり軽く角が立つ状態のメレンゲにする。これらを②に加え、ラム酒を混ぜてムースを作る。

- ④直径18cmのケーキ型の中央にスポンジケーキを入れ、上からムースを流す。このとき、型とムースの間に隙間ができないよう注意する。冷蔵庫に入れ1、2時間ほど冷やし固める。
- ⑤④を型から出して表面にココアを振り、金箔を飾る。ケーキの外周に木の葉形のチョコレートを飾り付ける。



ごま酢あえ

ゴマの風味と酢の酸味でさっぱりいただけます

材料 6人分

ニンジン	80g
塩	小さじ1/4
酢	大さじ1
キュウリ	2本
塩	小さじ1/4
酢	大さじ1

しらたき 200g

砂糖	大さじ1/2
塩	小さじ1/4
白すりごま	大さじ5
砂糖	大さじ2
塩	小さじ1/3
酢	大さじ2

作り方

- ①ニンジンとは長さ4cmの細い千切りにして塩と酢で下味を付ける。
- ②キュウリはへたを取り、塩少々(分量外)を広げたまな板の上で表面の突起が丸みを帯びるまで転がす。水で塩をさっと洗い落とし、薄い小口切りにして塩と酢で下味を付ける。
- ③しらたきは2、3分ほど下ゆでしてから長さ4cmにざく切りし、砂糖と塩を加えた鍋でからいり[※]する。
- ④白すりごまに砂糖と塩、酢を加える。①～③の汁気を切って白すりごまに加えてあえたら出来上がり。 [※]水や油を使わずに鍋やフライパンで材料をいれること



焼餅
(シャオピン)

外はパリパリ、中はもちもちの台湾風おやき

作り方

- ①薄力粉に水を混ぜ、よくこねてまとめる。ラップに包んで20分置き、皮を作る。
- ②牛ひき肉にAを入れて混ぜ合わせ、さらにBを加えてしっかり混ぜて種を作る。これを8等分にする。
- ③皮を8等分にする。手に油を付けてそれぞれを直径8cmくらいに広げ、種を置く。皮の端をつまんで包み、閉じた部分を下にして手で押さえながら厚さ1cm・直径8cmの円形に延ばす。
- ④フライパンに油を引き、弱火で3、4分焼く。焦げ目が付いたら裏返し、ふたをしてさらに焼く。肉に火が通り両面に焦げ目が付いたら出来上がり。

材料 8枚分

薄力粉	200g
水	120ml
牛ひき肉	200g

A

ネギ(みじん切り)	50g
ニラ(粗みじん切り)	50g
酒	大さじ1
しょうゆ	大さじ1
塩・こしょう	少々

B

片栗粉	大さじ1
ごま油	大さじ1
油	適宜