

フレンチの巨匠!
石丸勝彦シェフ考案

「種人米」玄米がゆを使った
本格洋風レシピ



パート・フリユイ
(フルーツの羊かん)

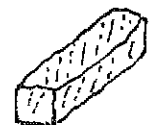


●材料



種人米
玄米がゆ

1缶



棒寒天

1本10g



フルーツ
ミックスの缶詰

1缶
(固形量150g)



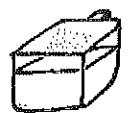
生クリーム

40g



牛乳

80g



砂糖

100g

●作り方

- ① 寒天を小さくちぎり400ccの水に1時間以上、浸しておく。
- ② ①を鍋に移し、寒天を溶かす。
- ③ 種人米玄米がゆを鍋に入れ沸騰させて水気を飛ばし、半分の量にする。
- ④ ③にフルーツミックスの缶詰1缶のフルーツのみ、生クリーム、牛乳、砂糖、②を入れる。
- ⑤ 冷やしてから型に入れ、冷蔵庫で5~6時間固める。
- ⑥ 固めたパート・フリユイをサイコロ状に切り、お好みでヨーグルト、果物ソースなどをかけてお召し上がり下さい。