

スフレ オ シトロンベール



材料 (6人分)

【パート ア スフレ】

ライムの摩り下ろした皮と汁	3個分
カスタードクリーム *	125g
粉糖	80g
卵白	8個分
グラニュー糖	20g

【ソース】

ライムの千切りにした皮と汁	1個分
アカシアの蜂蜜	100g
バター	15g

【クレーム パティシエール】

*カスタードクリーム

牛乳	250g
バニラ	1/2本
グラニュー糖	62.5g
卵黄	60g
薄力粉	25g

作り方

〈クレーム パティシエール〉 *カスタードクリーム

1 鍋に牛乳、グラニュー糖、バニラビーンズを入れ、火にかけて沸騰し始めるまで温めます。(まわりがプクツとなる位)



2 卵黄に砂糖を加え、ホイッパーで少し白くなるまですり混ぜます。

3 粉を加えて全体を合わせます。粉を加えた後少しおいて、粉に水分を含ませておくと口溶けの良いクリームになります。

4 温めた牛乳の1/3を加えて合わせます。それを鍋に戻し入れ、中火で炊き上げます。焦げつかないように混ぜながら行い、すーとなめらかになってきたらOKです。ボールにあけて、冷やします。表面にラップをしておく、表面が乾かず、ダマになるのを防げます。



〈パート ア スフレ〉

1 冷ましたカスタードクリームから125gをボールにとり、ヘラで練って柔らかくします。粉糖を加えます。

- 2 ライムの摩り下ろした皮を加えます。ライムの汁を少しづつ加え、途中でホイッパーで持ち替えて全体を合わせます。この時、一度に加えてしまうと分離してしまいますので気をつけてください。



- 3 メレンゲを立てます。はじめから砂糖を加えて立てていきます。そうすると、目の細かいメレンゲができます。角ができるくらいしっかりと立てます。

- 4 メレンゲの中に2を加え、ホイッパーでそっと合わせます。ヘラに持ち替えて全体をきれいに合わせます。



- 5 絞り袋に入れ、内側にバターをぬっておいた型に絞り入れます。型いっぱいまで絞り、型を低い位置から落として表面を平らにします。

- 6 上に粉糖をふり、160℃のオーブンで約20分焼きます。



〈ソース〉

- 1 蜂蜜を鍋に入れ、温めます。(70℃位)ライムの汁、バターを加えライムの皮を最後に加えて全体をさっと混ぜます。



- 2 スフレが熱いうちに、真ん中をかるくあけてソースを流していただきます。