

《道具の準備》

道具類はすべてテーブルに出しておきます。

- デザートグラス5個（150ccほどのカップ） □直径2.1cm程度のボウル×1個 □氷水
- 直径10～15cm程度のボウル×2個 □手付き鍋（直径15cmほどの小さめの鍋） □ハンドミキサー
- 泡だて器 □ゴムベラ □ゼスターグレーター（果皮をけずる） □注ぎ口のあるカップ（生地をグラスに流す）
- まな板と包丁（大葉を刻む・すだちをスライス：スライサーでもOK） □キッチンペーパー □ラップ
- 上から撮影できるスマホホルダー

《ご自身で準備いただく材料》

オンラインのため、生ものはご準備ください。

- 卵1個 □牛乳120g □生クリーム（乳脂肪35%）80g □大葉2枚

《レッスン当日の下準備》

- ・すだちを半分にカットして果汁50gを絞り、20gと30gに分ける。市販品果汁の場合は計量しておく。
- ・チャンドラポメロの果肉を取り出して、1～2cm大きさに手で割ってほぐす。5房ほど。
- ・板ゼラチンが浸かる大きさの容器に水を入れて冷蔵庫で冷やしておく（板ゼラチン用）
- ・デザートグラスを金属バットに並べておく。
※時間短縮のため冷蔵庫で急冷します。スペースを空けておいてください。

《オンラインレッスンの準備》

zoomアプリのダウンロードが事前に必要です。

スマホとパソコン（又はタブレット）2台でのご参加をおすすめしています。

ご用意がむづかしいときは、スマホのみで構いません。

※1台ですと、WiFi環境・スペックが低いなどの原因で、止まったり、落ちることがあり、レッスンを中断せざるを得ない場合があります。

●スマホ

スマホホルダーにとりつけて、斜め上から手元がうつる角度に調整しておきます。

充電が途中で切れますので、コンセントにつないだ状態でご参加ください。

パソコン、スマホの2台で参加するときは、スマホは、ログイン時に音声をミュートを選択してログインします。

ログイン後、ミュートに切り替えても声が反響（ハウリング）します。

●パソコン（又はタブレット）

会話に使用します。音声・画像をオンにしてログインください。

●よくある質問

Q.声がとても小さく聞きとりにくいです。

スマホ本体、パソコン本体の音声のボリュームが小さくなっていませんか？

zoomアプリの音声設定が小さくなっている場合もあります。

zoomログイン後、設定からボリュームを大きくして下さい。

※ご自身で音声・カメラテストを事前にしておくとう安心です。



オフシーズンは香りを重ねて楽しむ

すだちの季節はシンプルに味わう

すだちのチーズムースとふるふるゼリー

クリームチーズ入りのカスタードソースをベースにした、すだち風味のレアチーズムースに、すだちゼリーを合わせた爽やかなグラスデザート。和素材の大葉の香り、チャンドラポメロの食感、さっぱりした味わいが重なります。

材料

デザートグラス 5個分

【すだちのチーズムース】

クリームチーズ……………70g
 グラニュー糖……………15g
 卵黄……………1個
 グラニュー糖……………25g
 牛乳……………120g
 板ゼラチン……………2.5g
 すだち果汁……………20g
 生クリーム（乳脂肪分35%）……………80g

【すだちゼリー】

すだち果汁……………30g
 水……………150g
 グラニュー糖……………60g
 アガー（イナアガー-L）……………3.5g
 大葉……………2枚
 すだちの皮（あれば）……………1個分
 チャンドラポメロ……………果肉5房分



工程

冷蔵庫 1時間 冷やす

冷蔵庫 30分 冷やす

下準備

すだちのチーズムース

すだちゼリー

仕上げ

《下準備》

- ・クリームチーズをボウル（直径20cmほど）に入れてなめらかにしておく。
固い場合は、500ワットの電子レンジに10～20秒程かけるとやわらかくなる。
- ・板ゼラチンをたっぷりの冷水につける。やわらかくなったら水気を絞りキッチンペーパーでふく。
- ・ボウルに氷水を用意する。
- ・バットにグラスを並べる。（冷蔵庫に入れるスペースを空けておく。）
- ・すだち果汁を絞って種をこす。ムース用、ゼリー用を絞っておく。



作り方

《すだちのチーズムース》

- ①生クリームをボウルに入れ、ボウル底を氷水に当てて泡立てる。
泡立て器ですくくと、ワイヤーにクリームがとどまらず流れ落ちてスジが残るかたさ。
- ②クリームチーズにグラニュー糖15gを加えてゴムベラで混ぜる。
- ③卵黄をボウル（直径15cm）に入れて泡だて器でほぐし、グラニュー糖25gの半量を加えて、ふわっとするまですり混ぜる。
- ④鍋（直径15cmほど）に牛乳を入れ、残り半量のグラニュー糖を加えて火にかける。混ぜて溶かす。
鍋肌がふつふつ沸いてきたら、③の牛乳を3回に分けて注いで混ぜ、鍋に戻し入れる。
弱火にかけてゴムベラでまんべんなく鍋底を混ぜながら加熱する。
とろみがついてきたら、ボウルに移す。熱いうちに、ゼラチンを加えて溶かす。
ボウル底を氷水に当てながら、人肌程度に温度を下げる。
- ⑥クリームチーズのボウルに2回に分けて加えて泡だて器で混ぜ、すだち果汁を加えて混ぜる。
混ぜ終わり温度の目安25℃
※ダマが気になるときはこし器でこす。
- ⑨生クリームを加えて底からすくいあげるように混ぜ合わせる。
グラスに5等分に注ぎ、冷蔵庫で1時間以上冷やし固める。
※急ぐときは冷凍庫で表面のみ冷やし固める（15分ほど）→冷蔵庫へ移動

《すだちゼリー》

- ①グラニュー糖、アガーをよく混ぜ合わせる。水を入れて鍋にふり入れながら混ぜる。
- ②鍋を中火にかけて、混ぜながら加熱する。沸騰したら火をとめて、すだち果汁を加えて混ぜる。
ボウルに移し氷水に当てて粗熱をとり（混ぜない）冷蔵庫で30分ほど冷やし固める。
※急ぐときは氷水に当てて冷凍庫で10分冷やすと固まる→冷蔵庫へ移動

《仕上げ》

大葉をできるだけ細かく刻んだものと、すだちの果皮1個をゼスターグレーターで削ってボウルに入れる。
すだちゼリー50gを加えて混ぜ、すだちのチーズムースの上に5等分に入れる。
チャンドラポメロの果肉をおいてすだちゼリーを盛り付ける。

Point

- ・すだちのチーズムースでカスタードソースをつくるときは、とろみがついたらすぐに火からはずしてよく混ぜる。火にかけっぱなしにせず、時々外すことを繰り返して、ゆるやかに温度を上げると、滑らかな仕上がりになる。
- ・すだちゼリーは、最後に果汁を加える。

和モダンフランス菓子体験レッスンのゴール

オンライン講座についてのご質問があればお答えします。
講座の内容がご自身の目的にあうか？などご確認いただく機会になれば幸いです。

- ・zoomをつないでの実習する方法が分かる。
ログイン方法、カメラの設置方法、手元のうつし方などの確認。
- ・ゼラチン・アガールの正しい使い方、使い分け方が分かる。
- ・お菓子作りの基本「カスタードソース」をなめらかに炊ける。

保存

完成後は当日中
仕上げ前の状態で3日間 召し上がる直前に大葉を刻み、すだちゼリーを盛り付ける。

参考

キリクリームチーズ

クリーミーでなめらかな食感で味に味に定評がある。
一般のスーパーで少量から入手しやすい。フランス西部サルト県の酪農地帯にある工場から150キロ以内にある500の契約農家の生乳のみを使用。

すだち

独特の爽やかな香りと酸味がある柑橘です。
徳島県の特産品として知られており「緑の宝玉」とも呼ばれています。
旬の時期は8～10月ですが、徳島県ではハウス栽培などを利用し、年間を通じて出荷されています。
保存方法はポリエチレンの袋に入れて冷蔵庫の野菜室で保存ください。
すだちはどれかひとつが劣化すると、周りの果実も劣化していきますので、3個ずつくらい小分けにすると安心です。2週間～1ヶ月ほど保存できます。
黄色くなっても使えますが、新鮮な方が香りがよいので早めにお使いください。



ゼラチンをふやかす。
生クリームを泡立てて冷やしておく。



クリームチーズにグラニュー糖を加える。

コツ
ゴムベラがよい。泡立て器だとワイヤーに入って混ぜにくい。



カスタードソースを
ダマがないように炊き上げる。
(鍋のサイズは直径15cmほど)

コツ
火が強すぎたり、混ぜムラがあると
ダマダマになる。とろみがつき出したら
火から外しながらまんべんなく混ぜる。



すだち果汁を加える。
生地がしまって少しかたくなる。



生地が25℃まで冷めてから
生クリームを加える。
固まり始めるので手早く流す。

コツ
熱いと生クリームの気泡がつぶれる。