

赤と緑の夏野菜のせ 2種のおこめブランマンジェ

優秀賞



材料（4人分）

温かいおかゆ	300g	キュウリ	小1/2～1本
(ごはん150gと水300mlで作る)		なす	小さめ半分
牛乳	270ml	青しそ葉	3～4枚
砂糖	60g	おくら（あれば）	1～2本
生クリーム	200ml	ミョウガ（あれば）	小さめ1/2個
バニラエッセンス	少々	5倍めんつゆ	小さじ1/2
粉ゼラチン	10g	塩	少々
水（ゼラチン用）	40ml		

トマト（皮と種を除いた実のみ）200～300g

（丸ごとだと400～500g）

砂糖	30～35g
レモン汁	小さじ2
ゆでた枝豆	12～15粒

長谷川 元子さん（山形県代表）

作り方（調理時間60分）

- ① 40mlの水に粉ゼラチン10gをふやかしておく。
- ② 温かいおかゆ300gと砂糖60gと牛乳270mlをミキサーに入れ、ごはん粒がなくなるまでミキサーにかける。
- ③ ふやかしたゼラチンをレンジで20～30秒位温めるか湯煎でとく。
- ④ ②を鍋に入れ、中火にかけて温める。沸騰前に火をとめて生クリームを加えて混ぜ、とくしたゼラチンを入れて混ぜる。
- ⑤ 目の粗いこし器や目の細かいザルなどでこし、鍋底を氷水につけて混ぜながらあら熱をとる。
- ⑥ あら熱をとったら器に入れて冷蔵庫で冷やす。
- ⑦ トマトの皮をむき種をとり、粗いみじん切りにして、砂糖30～35g、レモン汁小さじ2を大きめの耐熱ボールに入れ、ラップ無しで8分間レンジにかけアクを取り、様子を見ながら3分位ずつレンジにかけてソース状にする。または鍋にかけて煮る。出来たら冷蔵庫等で冷やしておく。
- ⑧ キュウリとナスは細かくみじん切りにする。ミョウガと青シソはなお細かくみじん切りする。オクラは塩でゆでて薄切りにする。
- ⑨ 切ったキュウリを軽くつまんだ位の塩でもみ、ナスとミョウガも入れて軽くもむ。オクラと青シソを入れて味をみながらめんつゆで味つけをする。
- ⑩ 器に入れた⑥が固まったらトマトソースを層が出来るように入れ、薄皮を取った枝豆を飾る。もう1つにはキュウリとナスのだしを器の真ん中に盛り付けて出来上がり。

ポイント

トマトソースはサラサラ状態でもとろみを出してもおいしいです。とろみを出すと水分を飛ばすため甘みが増します。

だしに使うめんつゆはお好みで調整してください。時間が経つと変色するので、食べる前に作ってのせるときれいな色でおいしくいただけます。

上に盛るトッピング材料は季節の果物の角切りや、それを砂糖とレモン汁で煮たものをのせてもおいしくいただけます。

