



館山クッキング大使 川上文代の 地産地消レシピ



今回は、館山で旬を迎えているいちごのレシピです。いちごはビタミンCが豊富で風邪予防にぴったり！各家庭でも簡単に作れるレシピなので是非おためしください。
(川上)

川上先生ブログ <http://ameblo.jp/fumiyokawakami>

No.67 いちご入りティラミス (18cm×10cmの容器1台分)

材料(2人分)

いちご	8個	メレンゲ	
クリームチーズ	75g	卵白	1個分
卵黄	1個	砂糖	10g
砂糖	10g	フィンガービスケット	
生クリーム	15g	or	
ココアパウダー	適量	スポンジ生地	
Aインスタントコーヒー		or	
(濃い目にいれたもの)		カステラ	10本
ラム酒	大さじ2		
	大さじ1		



<作り方>

1. いちごは縦半分に切る。クリームチーズは室温に戻す。生クリームは8分立てる。
2. メレンゲの卵白を掻き立て、角が立ったら砂糖を加えてさらにきめ細かく泡立てる。
3. ボウルにクリームチーズを入れて泡だて器でまぜ、砂糖、卵白を混ぜる。①の材料をさっくりと混ぜ、さらに②を加えてふんわりと混ぜる。
4. 容器にスポンジを敷き詰め、混ぜたAを半量ふりかけ、いちごを半量散らし、③を半量流し、これを繰り返す。
5. 仕上げにココアパウダーを茶こしでふるい、冷蔵庫に1時間置く。

ワンポイントアドバイス



ティラミスにいちごの酸味が加わることで、すっきりと食べやすくなります。

