

**ザルツブルグ風スフレ (ザルツブルガーノッカル)**

<分量>3人分 (長径 27cm、深さ 3~4cm の楕円形のグラタン皿 1 枚分)

- 卵黄・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 80g
- バニラエッセンス・・・・・・・・・・ 少量
- レモンの皮・・・・・・・・・・・・・・ 1 個分
- 卵白・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 150g
- グラニュー糖・・・・・・・・・・・・ 50g
- 塩・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ ひとつまみ
- 薄力粉・・・・・・・・・・・・・・・・ 20g
- 生クリーム (乳脂肪分 47%)・・・・ 80g
- バター・・・・・・・・・・・・・・・・ 20g
- 粉砂糖・・・・・・・・・・・・・・・・ 適量



**\*木いちごソース**

- 木いちごのピューレ・・・・・・・・・・ 250g
- グラニュー糖・・・・・・・・・・・・ 50g
- 木いちごのブランデー・・・・・・・・ 25ml

**\*チョコレートソース**

- 牛乳・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 100ml
- 生クリーム・・・・・・・・・・・・ 80ml
- チョコレート・・・・・・・・・・・・ 250g
- バター・・・・・・・・・・・・・・・・ 40g
- ブランデー・・・・・・・・・・・・ 30ml

<作り方>

1. 材料の準備

- ①小麦粉をふるい、計量する (分量が少ないのでふるってから計量する)。
- ②卵を割り、卵白と卵黄に分ける (卵黄は約 4 個、卵白は約 5 個分)。



- ③レモンの表皮の黄色い部分だけをすりおろす。

**Act OnTV**

④グラタン皿に生クリームとバターを入れる。



2. 卵黄にバニラエッセンスとすりおろしたレモンの皮を加えて溶きほぐす。

3. バターと生クリームを入れたグラタン皿を温めたオーブンに入れて温める。

4. メレンゲを作る：卵白に塩を加えてほぐし、泡立てる。

全体がふんわりと泡立ったら砂糖を3回に分けて加えながらその都度泡立てる。

ピンと角が立つ状態になったら最後に泡立て器ですり混ぜるようにしてきめ細かいしっかりとした状態に仕上げる。



5. 4に2を加えてさっくりと混ぜる。



6. 9分通り混ぜたら薄力粉を加えて切り混ぜる。



7. 温めたグラタン皿に生地を入れ、3つの山型に成形する。



8. 200℃のオーブンで約15分焼く。



## **A** Act On TV

9. 焼いている間にソースを作る（ソースはどちらでも好みで）。
  - ① 木いちごのピューレとグラニュー糖を鍋に入れて火にかける。  
弱火から中火で煮立てないように温める。  
温まってグラニュー糖が溶けたら火からはずし、木いちごのブレンダーを加える。
  - ② 生クリームと牛乳を鍋に入れて沸騰直前まで温める。  
チョコレートを刻み、火からはずした鍋に加えて溶かす。  
バターを加え混ぜ、ブレンダーを加える。
10. 焼き上がったスフレに粉砂糖をふり、すぐに1人前に取り分けてソースを添えて食べる。

