



乾パンを使った、 美味しいティラミス

ローリングストックの活用術に！

乾パンをそのまま食べるのは水分がほしい…。その不満を逆手に取った、サクサク生地のティラミスを提案！楽しくおいしくローリングストックを実践しよう！

材料
(約900ml分)

<input type="checkbox"/> 乾パン	1缶	(A)	
<input type="checkbox"/> 水切りヨーグルト（無糖）	100g	<input type="checkbox"/> インスタントコーヒー	大きじ1
<input type="checkbox"/> 生クリーム	200ml	<input type="checkbox"/> 水	150ml
<input type="checkbox"/> グラニュー糖	大きじ3	<input type="checkbox"/> 缶の中の砂糖	全量
<input type="checkbox"/> 卵黄	2個分		
<input type="checkbox"/> ココアパウダー	適量		

作り方

1. 保存容器に乾パンを敷き詰めます。
2. 耐熱容器に(A)を入れ、ラップなしで電子レンジで1分加熱して砂糖を溶かします。
3. 2を1にかけて30分ほど乾パンが汁気を吸いきるまで置きます。
4. ボウルに生クリームとグラニュー糖を入れて角が立つまで泡立てます。
5. 卵黄と水切りヨーグルト（無糖）を加えて混ぜます。
6. 3に5をのせてココアパウダーを振ります。※水切りヨーグルト（無糖）は、200gのヨーグルトをコーヒードリッパーなどで1晩水切りし、水分が抜けて半量になったものを使います。



指導のポイント

- ドリップペーパーがない場合、水切りネットやザルを代用しました。ただし時間はかかります。
- 泡立て器がないと、角が立つまでに20分強の時間がかかるので注意してください。



MEMO

「ティラミスなんて、美味しくつくれるのかなあ…。」そう思ったあなた、大丈夫です！本当に美味しくできます。良い感じのサクサク具合になる乾パンと、甘すぎず苦すぎず、絶妙にマッチしたクリームは、食べ応え抜群です。乾パンを浸け置きする間にクリームを作れるので、工程も楽です。ぜひ作ってみてください。

体験



まぜる

知識



ローリング
ストック

カテゴリ

おやつ

調理時間

30
min

人数

3人〜

費用

¥ ¥ ¥

