



爽やかな甘さ! / ぶどうのパンナコッタ

【材料】(6人分)

〈1人分 273kcal 塩分0.3g〉

〈パンナコッタ〉

- クリームチーズ 140 g
- グラニュー糖 40 g
- 牛乳 250ml
- 生クリーム 250ml
- 板ゼラチン 6 g

〈コンポート〉

- 巨峰 24粒
- グラニュー糖 25 g
- レモン汁 10ml
- 水 1 カップ

恋する野菜

97

K O I S U R U Y A S A I

作り方

① パンナコッタ

① 耐熱ボウルにクリームチーズとグラニュー糖を入れ、ヘラでなめらかにするまで混ぜる。

② 鍋に牛乳を入れて沸かし、火を止めた後、水でふやかした板ゼラチンを入れ混ぜる。

③ ①に②を2回に分けて加えよく混ぜたら、生クリームを加えて再び混ぜ、裏ごし器で別のボウルにこす。

④ ③を冷やしながら時々混ぜ、とろみがついたらグラスに流し、冷蔵庫で冷やす。

② コンポート

① 鍋に湯を沸かし(材料外)、巨峰を入れ30秒間ゆでたら、巨峰を氷水の入ったボウルに移し、実と皮に分ける。

② 鍋に水を入れて沸かし、①の皮を入れて弱火で3分間煮たら、ザルでこしながらボウルに移し、皮を取り除く。

③ ②を再び鍋に戻し入れ、グラニュー糖を加えて沸かししたら、①の実を加え再び沸騰し、火からすぐに下ろしてレモン汁を加える。

④ ③を容器に移し、粗熱を取り冷蔵庫で冷やす。

パンナコッタの上にコンポートを盛り付けて完成。

Grape



学生



尚綱大学 生活科学部 4年

いちばら なぎさ

市原 凧紗さん

旬のぶどうをコンポートにして、パンナコッタの上にかけてスイーツです。パンナコッタの甘さとぶどうの酸味の相性が良く、見た目も爽やかで今の季節にぴったりです。ご褒美スイーツに作ってみてください!

営農困難になったぶどう農家の後を継ぎ、今年就農しました。ぶどうは病気の種類が多く管理に苦労することありますが、今後は品種を増やし多くの人に楽しんでもらうことが目標です。9月から直売所で販売しますので、ぜひお越しください。



ぶどう農家

くぼ だい き
久保 大樹さん(沖野)

農家



過去のレシピはこちら



「恋する野菜」コーナーに関するアンケートにご協力をお願いします。
←QRコードを読み込み、ご回答をお願いします。(尚綱大学生生活科学部)