

ウェルネスかごしま 健康増進魅力発掘プロジェクト 料理レシピ部門



素材名

紫芋を使った和風モンブラン
(かるかんのドレスアップ)

名前
(ニックネーム)

白坂 直子 様

所在地 (県名)

鹿児島県

ポイント

写真は、イベントで提供したものです。
鹿児島の琉球塗のお皿で提供しました。
和食・懐石料理のデザートにも使ってほしい
です。

材 料

(紫芋のあん)
紫芋 (皮をむいて正味) 350 g
みりん 150CC
砂糖 30g
水 50CC
※みりんまたは鹿児島の地酒でも可。
つやが出ます。

(かるかん)
あんこの入っていないもの、市販品で
可。

白花豆甘煮
(十六寸、白いんげん。市販品でも
可)

作り方

1. 紫芋は皮をむいて、みずにさらしてから加熱。
※加熱は蒸してもゆででも良し。
2. 加熱した紫芋は、ざっくりつぶして、みりんと水を加えて10分ほど加熱。
3. ブレンダーなどでつぶす。
4. 砂糖を2～3回に分けて加える。
(芋の甘さ、好みで加減する。)
5. 固さをみながら10分程加熱しながら練る。

餡をしぼり袋に入れて、かるかんの上にモンブラン風に絞る。または、裏ごししたものを飾る。トッピングで篤姫好みの十六寸を飾る。