

●作品名：みかんヨーグルト

- 熊野市 中谷 幸  
御浜町 河口 良子  
御浜町 小原 光代

● 材料（四個分）

- ・みかん 4個
- ・砂糖 大1
- ・コーンスターチ 大1（同量の果汁で溶く）
- ・コアントロー 大1
- ・ヨーグルト 200g
- ・飾り用みかん 果肉4個



● 作り方

- (1) みかんの上から1/4のところを横に切り果肉を取り、袋を取る。皮の中にヨーグルトを入れる。
- (2) (2) (1) の果肉と果汁と砂糖を鍋に入れ、火にかけて砂糖が溶けたら、果汁で溶いたコーンスターチを入れトロミをつける。
- (3) (3) (2) が冷めたら、コアントローを混ぜてヨーグルトにかけ、みかんを飾って出来上がり。

●作品名：オレンジスフレ

- 熊野市 中谷 幸  
御浜町 河口 良子  
御浜町 小原 光代



● 材料（18cmの丸型1個分）

- ・クリームチーズ 200g
- ・生クリーム 10g
- ・牛乳 80cc
- ・バター 30g
- ・卵黄 3個分
- ・グラニュー糖 20g
- ・コーンスターチ 30g
- ・みかん果汁 1個分  
(メレンゲ)
- ・卵白 3個分
- ・グラニュー糖 30g
- ・梅ジャム 大2

● 作り方

- (1) オーブンを180℃に温めておく。バターを生クリームと牛乳でとかしておく。
- (2) 卵黄にグラニュー糖を入れてよくすり混ぜる。混ぜたらコーンスターチを入れ、とろっとするまで混ぜる。
- (3) (2)に(1)の牛乳を少しずつ混ぜて、火にかけ中火でとろみがつくまで混ぜる。
- (4) (3)にみかん果汁を入れて混ぜる。
- (5) 別のボールに卵白を入れて、ハンドミキサーの中速で砂糖を3回に分けて入れながら泡立て、メレンゲを6分立てで作る。
- (6) (3)にメレンゲを半量加えてしっかり混ぜて、残りの半量を加え、木べらで泡をつぶさないようにさっくりと混ぜる。
- (7) 天板に80℃位のお湯を注ぎバットごと天板にのせ180℃で70分程焼く。
- (8) 粗熱がとれたら、型からはずして梅ジャムを塗り出来上がり。

●作品名：オレンジロールケーキ

- 熊野市 中谷 幸  
御浜町 河口 良子  
御浜町 小原 光代

● 材料

(オレンジスポンジケーキ)

- ・卵 4個
- ・砂糖 50g
- ・薄力粉 80g
- ・牛乳 30cc
- ・バター 40g
- ・みかん絞り汁 大2
- ・コアントロー 大1

(オレンジカスタードクリーム)

- ・牛乳 200cc
- ・卵黄 2個
- ・砂糖 30g
- ・コーンスターチ 30g
- ・オレンジ果汁 50cc
- ・無塩バター 30g
- ・コアントロー 大1

(シロップ)

- ・オレンジ果汁 50cc
- ・砂糖 大1
- ・コアントロー 大1

(オレンジ果汁に砂糖を加え火にかけて沸騰したら、  
火を止め、あら熱がとれたらコアントローを加え混ぜておく)

(生クリーム)

- ・生クリーム 80cc
- ・砂糖 10g
- ・コアントロー 小1
- ・飾り用みかん 1個分

●作り方



## 1. スポンジケーキを焼く

(1) 卵黄に砂糖を半量加え、湯煎にかけながらもったりするまで泡立てる。

そこにすりおろしたみかんの皮を加え混ぜる。

(2) 卵白に残りの砂糖を加えメレンゲを作る。バターと牛乳は合わせて溶かしておく。

(3) 卵黄生地に薄力粉の3/1をふるい入れ、混ぜ合わせ、残りのメレンゲの半量を合わせる。

残りの薄力粉をふるい入れ、さっくり混ぜ、残りのメレンゲを合わせる。

(4) バターと牛乳とコアントローをへらにつたわせ加え混ぜ、天板に流しいれて200℃のオーブンで12分ほど焼く。

(5) 乾燥しないように紙をかぶせて冷まし、シロップを内側にぬっておく。

## 2. カスタードクリームを作る。

(1) 卵黄と砂糖とコーンスターチと少しの牛乳をよく混ぜる。

(2) 残りの牛乳とオレンジ果汁を混ぜたものを少しずつ加えてときのぼし、火にかける。クリーム状になれば日からおろしてバターを加えあら熱がとれたらコアントローを加える。

## 3. 生クリームを作る。

(1) 生クリームに砂糖を加え泡立てる。

## 4. 仕上げ。

(1) 1. のスポンジケーキに2. のカスタードと3. の生クリームを塗り、巻く。上にクリームとみかんを飾る。

●作品名：オレンジムースケーキ

- 熊野市 中谷 幸  
御浜町 河口 良子  
御浜町 小原 光代



● 材料（18cm丸型1個分）

（スポンジケーキ）

- ・全卵 3個
- ・砂糖 50g
- ・牛乳 大1
- ・バター 15g
- ・薄力粉 80g
- ・みかん果汁 1個分（皮をむきばらばらにする）

（オレンジムース）

- ・クリームチーズ 200g
- ・生クリーム 100cc
- ・ヨーグルト 200cc
- ・砂糖 60g
- ・板ゼラチン 7枚（一枚=1.5g）
- ・みかん果汁 50cc
- ・グランマルニエ 大1

（オレンジゼリー）

- ・みかん果汁 150cc
- ・板ゼラチン 5枚
- ・砂糖 30g
- ・グランマルニエ 小1
- ・飾り用みかん 適量

● 作り方

- （1） まず、スポンジケーキを作る。全卵に砂糖を3回に分けて入れながら混ぜる。
- （2） 小麦粉をふるいながら入れ切るようにしっかりと混ぜる。
- （3） 牛乳で溶かしたバターを入れ混ぜ、みかん果汁とグランマルニエを加え混ぜ、160℃で30～40分焼く。
- （4） 冷めたら、3枚に切っておく。

- (5) 次にオレンジムースを作る。板ゼラチンをふやかしておく。
  - (6) ミキサーにクリームチーズ、ヨーグルト、砂糖を入れ混ぜる。
  - (7) (6) に生クリームをいれ1分混ぜる。
  - (8) みかん果汁を火にかけ、沸騰直前に火を消し、板ゼラチンを入れ、溶けたらザルでこして(6)を加え混ぜる。
  - (9) グランマルニエを加える。
- A. 型にスポンジケーキを敷きオレンジムースをいれ、冷蔵庫で冷やし固める。
- (10) オレンジゼリーを作る。板ゼラチンは水でふやかしておく。
  - (11) みかん果汁50ccに砂糖を加え火にかける。
  - (12) 砂糖が溶けたら火を止め板ゼラチンをいれ、ザルでこす。
  - (13) 残りのみかん果汁を加えグランマルニエを加える。
- B. A. の上にオレンジゼリーを流し込み、みかんを飾り、冷蔵庫で冷やし固まったら、出来上がり。

●作品名：熊野恋う

●御浜町 畑根 みき

● 材料

- ・天台烏薬の実 少々
- ・ミニトマト 少々（湯むきする）
- ・梅干の種（種の中の核） 少々
- ・みかん 1個半



● 作り方

- (1) みかんは皮を容器に使うので、半分に切り、丁寧に中の実をとりだします。
- (2) みかんをほぐし、ヨーグルトと混ぜ合わせます。
- (3) 皮の容器にヨーグルトを流し入れ、お好みでミニトマト、天台烏薬の実、梅干の種を飾る。

## ●作品名：パウンドケーキ２種

●御浜町 清水 寿子

### ● 材料

- ・バター 150g
- ・小麦粉 150g
- ・砂糖 100g
- ・卵 3個分
- ・みかんの皮 2個分（温州みかん）
- ・みかん果汁 大1～2
- ・チョコレート 30g（細かく切ったもの）
- ・レモンの皮 1個分
- ・レモン果汁 大1
- ・はちみつ 大1
- ・お湯 大1
- ・ベーキングパウダー 小1



### ● 作り方

- (1) バターは室温で柔らかくしておく。
- (2) みかんの皮は内側の白い部分をそいで取り除き、みじん切りにしておく。
- (3) バターをボウルに入れて練る。
- (4) 砂糖を何回かに分けて入れ、白っぽくなるまで混ぜる。
- (5) 卵を1個ずつ入れさらに混ぜる。
- (6) 小麦粉とベーキングパウダーをふるって入れ、軽く混ぜ合わせる。
- (7) タネを半分に分け、一つにはみかん果汁とみかんの皮、細かく切ったチョコレートを混ぜ、もう片方にはすりおろしたレモンの皮とレモン果汁とお湯で溶いたはちみつを混ぜる。
- (8) 別々の型に入れて150℃のオーブンで45～50分焼く。



●作品名：生春巻きデザート

●三重県立明野高校2年 中川 真帆

●材料（二人分）

- ・ライスペーパー 2枚（生春巻きの皮）
- ・ホイップクリーム 適量
- ・みかん 一缶
- ・パイナップル 一缶



●作り方

- (1) ライスペーパー（生春巻きの皮）を水でもどす。
- (2) ライスペーパーについた水をふき取る。
- (3) 春巻きを作るように、中にホイップクリームをのせ、フルーツをのせて巻く。
- (4) お皿に盛り付けをして、出来上がり。

●作品名：スペシャルみかんタルト

●熊野市 西洞 友紀

● 材料（四個分）

（タルト生地）

- ・バター 150 g
- ・砂糖 45 g
- ・卵黄 1個分
- ・薄力粉 200 g
- ・温州みかんの皮 25 g（粉末）

（カスタードクリーム）

- ・牛乳 200 g
- ・砂糖 40 g
- ・薄力粉 15 g
- ・コーンスターチ 15 g
- ・卵黄 2個分
- ・バニラエッセンス 少々
- ・バター 15 g

（ゼリー液）

- ・みかん果汁 300 c c
- ・ゼラチン 8 g

（飾り用）

- ・温州みかん果肉 8 g



● 作り方

- (1) タルト生地を作る。ボウルにバターと砂糖を入れ、泡だて器で白っぽくなるまですり混ぜる。
- (2) 卵黄を加え、よくかき混ぜる。
- (3) 薄力粉を加え、ゴムべらでさっくりと混ぜる。この時みかんの粉末も加える。ポロポロのそばろ状になったら手の付け根で押すようにして全体をひとまとめにする。
- (4) ラップに包み、冷蔵庫で1時間休ませる。
- (5) オーブンは180℃に温めておく。のし台にめん棒で生地を2～3mm厚さにのばす。
- (6) 型にしっかりと布き込む。余分な生地を切り落とす。

- (7) 底にフォークで空気穴を開ける。
- (8) 生地を空焼きする。アルミホイルを敷いて重石をのせ、180℃のオーブンで15～20分焼く。重石とアルミホイルを取り、さらに10～15分全体がきつね色になるまで焼く。
- (9) カスタードクリームを作る。ボウルに砂糖、コーンスターチ、薄力粉を入れ、泡だて器で全体をさっと混ぜる。牛乳500ccを加えて溶き卵黄を加えて混ぜて裏ごしする。
- (10) 鍋に残りの牛乳を入れて沸騰させる。半量を(9)のボウルに入れて手早く混ぜ合わせ、鍋にもどしいれて、中火にかける。
- (11) 泡だて器でかき混ぜながらクリーム状になり、表面にプクプクと泡が出るまで煮立て、火からおろす。余熱でバターを混ぜ溶かし、バニラエッセンスも加える。
- (12) 熱いうちに(8)のタルト型に流し入れ表面を平らにし、粗熱をとりラップをして冷蔵庫で冷やす。
- (13) 型をはずして温州みかんをむいた果肉をたっぷりと盛り付ける。
- (14) ゼリー液を作っておき粗熱をとり果肉の上にハケでたっぷりとぬる。最後にミントの葉(緑葉)を飾る。

●作品名：みかん寒天

●熊野市 橋戸

● 材料

- ・みかん果汁 450cc
- ・粉寒天 40g
- ・水 1カップ分
- ・砂糖 60g

● 作り方

- (1) 鍋に水1カップを入れ、火にかけて砂糖60g、粉寒天40gを入れ、よく混ぜながら、沸いてきてから2分ぐらい煮る。
- (2) 果汁を入れて、よく混ぜ、沸いてくる寸前に火を止める。
- (3) 少し粗熱をとってから型に流しいれる。
- (4) 仕上げに生クリームとミントの葉をのせできあがり。



●作品名：みかんとミルクのゼリー

●志摩市 谷川原

● 材料（八個分）

- ・みかんの絞り汁 400cc
- ・牛乳 240cc
- ・ゼラチン 12g
- ・砂糖 40g
- ・ミントの葉 少々



● 作り方

- (1) 鍋に牛乳を入れて温め、砂糖を加え、溶け始めたら火からおろします。
- (2) みかんの絞り汁とゼラチン（必要ならばあらかじめふやかしておく）をよく混ぜて、方に流しいれて冷やします。
- (3) 固まったらミントの葉を飾ります。

●作品名：みかんのケーキ

●志摩市 谷川原

●材料（一台分）

- ・ ケーキ型 20×20
- ・ みかんの絞り汁 120cc
- ・ ヨーグルト 120g
- ・ 小麦粉 200g
- ・ 砂糖 200g
- ・ バター 100g
- ・ ベーキングパウダー 小1
- ・ 卵 2個
- ・ みかんの皮 小2個分  
(フォンダン)
- ・ 砂糖 20g
- ・ みかんの絞り汁 少々  
(盛り付け)
- ・ ケーキ 1/16台分
- ・ ゼリー 1個分
- ・ 生クリーム 少々
- ・ 砂糖 少々
- ・ チョコレート 少々
- ・ みかん・チェリー お好みで

●作り方

- (1) 小麦粉とベーキングパウダーは合わせてふるっておきます。
- (2) みかんの皮はよく洗って、レンジにかけ、乾燥させ細かく刻みます。
- (3) バターは室温に戻しておき、クリーム状に練り、砂糖を混ぜてすり混ぜます。
- (4) 卵を割りほぐし、(3)に加えてよく混ぜ、みかんの絞り汁、ヨーグルト(2)を加えてさらによく混ぜます。
- (5) (4)に(1)を加え、木べらでさっくりと混ぜ、型に流し、170℃に温めたオーブンで20～25分ほど焼きます。

(6) フォンダンを作り、冷ましたケーキの表面にちらします。

(盛り付け)

- (1) 大皿にケーキとゼリーをのせます。
- (2) 生クリームに砂糖を加えて泡立てて、添えます。生クリームの上に刻んだチョコレートをちらします。
- (3) みかんの輪切りとチェリーを飾ってできあがりです。

●作品名：さわやかレモンとチーズの色白ミルフィーユ

●相可高校2年 羽根 祥子

●材料（五個分 8cm×4cm）

（パイ生地）

- ・ 強力粉 50g
- ・ 薄力粉 70g
- ・ 発酵無塩バター 160g
- ・ 水 100cc
- ・ 塩 3g
- ・ 卵黄 1個分
- ・ レモンの皮 5g

（クリーム）

- ・ クリームチーズ 80g
- ・ グラニュー糖 45g
- ・ レモン汁 30g
- ・ 生クリーム 200cc
- ・ レモン果実 2個分

・ 砂糖

（飾り）

- ・ レモンスライス 少々
- ・ クリーム 少々
- ・ 砂糖 少々



●作り方

- （1） レモンをふさにわけて皮をむき、重さを量って半量の砂糖で前日からつけておく。
- （2） パイ生地を作る。よく冷やした粉とバターをスケッパーなどで細かく刻む。フォンテーヌ状（円形に土手を作る）にして、水、塩、卵黄、レモンの皮を穴に入れ、中央から混ぜ合わせる。
- （3） 長方形に伸ばして3つ折にする。向きを変えてこれを3回繰り返す。
- （4） ラップに包んで冷蔵庫で1時間ほど休ませる。
- （5） 休ませたら、2mm厚に伸ばし、180℃に予熱しておいたオーブンで20分焼く。（アルミのバット等の重しを置いて生地が浮く



のを防ぎつつ焼くこと)

- (6) 焼けたら熱いうちに、長方形3枚に切る。
- (7) クリームを作る。クリームチーズを柔らかくする。砂糖を加えてすり混ぜ、レモン汁を加えてよく混ぜる。
- (8) 生クリームを別のボウルに(7)と同じくらいの硬さに泡立てる。
- (9) (7)と(8)をあわせてゴムべらで混ぜる。
- (10) レモンの砂糖漬けをキッチンペーパーにならべ、水気をとる。
- (11) パイ→クリーム→レモン→クリームの順に重ねていく。
- (12) 3枚目のパイがのったら8cm×4cmの大きさにカットして砂糖をふり、あまったクリーム、レモンを飾る。

●作品名：MIKAN 満喫チーズタルト

●相可高校2年 鈴木 優菜

●材料（1台分 18cmタルト型）  
（タルト）

- ・ 薄力粉 100g
- ・ ベーキングパウダー 1g
- ・ 無塩バター 50g
- ・ 砂糖 30g
- ・ 卵 1/2個分
- ・ みかんの皮 1個（すりおろし）

（フィリング）

- ・ クリームチーズ 125g
- ・ 砂糖 70g
- ・ 卵 1と1/2個分
- ・ 生クリーム 50g
- ・ 薄力粉 6g
- ・ みかん果汁 大1
- ・ みかんの皮 少々（すりおろし）

（クリーム）

- ・ みかん果汁 150g
- ・ 卵黄 1個分
- ・ 砂糖 40g
- ・ 薄力粉 4g
- ・ コーンスターチ 6g
- ・ 無塩バター 80g
- ・ 生クリーム 50g

（仕上げ）

- ・ みかん 5～6個分
- ・ グラニュー糖 適量
- ・ オレンジキュラソー 適量
- ・ チャービル 適量

●作り方

- （1） タルトを作る。バターをクリーム状にし、砂糖をすり混ぜ、卵



を少しずつ加えてよく混ぜる。ふるった薄力粉とベーキングパウダーとすりおろした皮を加えてまとめ、冷蔵庫で休ませ、安定したら伸ばして型に敷き込む。(タルト型にはバターを塗り、強力粉をまぶしておく)ピケをし、予熱したオーブンで30分焼く。

- (2) フィーリングを作る。ミキサーに材料をすべて入れ攪拌し、粒のない状態になったらタルト型に流し入れ、170℃に予熱したオーブンで30分焼く。
- (3) クリームを作る。鍋に果汁、砂糖を少量入れ火にかけ少し沸騰させる。
- (4) ボウルに卵黄、砂糖をいれ、しっかりとすり混ぜる。ふるった薄力粉とコーンスターチをまぜ、(3)を少しずつ加える。裏ごしして鍋に戻す。
- (5) とろみがつくまで火にかけ、ボウルに移し冷ます。冷めたらたっぷり空気を含ませ、クリーム状にしたバターと7分立ちにした生クリームを混ぜ、しっかりと混ぜ、絞り袋に入れる。
- (6) みかんの皮をむき、厚さ5～10mmに輪切りにし、半分はキッチンペーパーで水気を取り、グラニュー糖をかけ、バーナーで表面がキャラメル状になるまで焦がす。
- (7) 熱が取れたチーズケーキにハケでオレンジキュラソーを塗り、クリームを全体に絞る。
- (8) みかんを焦がしたものと、輪切りにしただけのものを交互にならべて全体を覆うようにし、チャービルをのせる。

●作品名：重ねてみかん

●相可高校2年 西谷 早織

●材料（2個分）

（クレープ生地）

- ・ 卵L 1個
- ・ 砂糖 10g
- ・ 牛乳 140g
- ・ 薄力粉 20g
- ・ 強力粉 25g
- ・ 無塩バター 10g

（オレンジカスタード）

- ・ 卵黄 1個
- ・ 砂糖 30g
- ・ コーンスターチ 13g
- ・ みかん果汁 100cc
- ・ コアントロー 5cc
- ・ バター 20g

（ホイップ）

- ・ 生クリーム 30g
- ・ コアントロー 3cc
- ・ 砂糖 30g

（煮みかん）

- ・ みかん 1個
- ・ 水 30cc
- ・ みかん果汁 40cc
- ・ 砂糖 40g

（ソース）

- ・ 酸味の強いみかん 1個
- ・ 砂糖 7g
- ・ レモン汁 5g

●作り方

- （1） 卵を溶きほぐして砂糖、ふるった薄力粉と強力粉を混ぜ、溶かしたバターと牛乳を少しずつ生地を伸ばしながら混ぜ合わせていく。



- (2) しっかりと混ぜたら冷蔵庫で焼く時間生地を休ませる。
- (3) クリームを作る。卵黄にグラニュー糖を加えてしっかりと混ぜ、ふるっておいたコーンスターチを加えて混ぜる。
- (4) みかん果汁を火にかけて温める。温まったら(3)に加えて裏ごしをする。再び鍋に戻して火をかけながら混ぜる。沸騰したら火からおろしてバットに広げて表面が乾かないようにラップをして乾かす。
- (5) 冷めたらボウルに出してゴムべらで柔らかくして、コアントローと柔らかくしたバターを入れてしっかりと混ぜる。
- (6) ホイップクリームを作る。生クリームに砂糖とコアントローを入れて8分立てくらいまで泡立てる。
- (7) 煮みかんを作る。鍋に砂糖、水、みかんの絞り汁を入れ、そこに3~5mmに輪切りにしたみかんを入れ、おとしぶたをして水分がほとんどなくなるまでしっかりと煮詰める。
- (8) (2)の生地を焼く。
- (9) 5cmくらいのセルクルで生地を抜き、1枚目にクリーム2枚目にみかん、3枚目にホイップの作業を3回行う。
- (10) 上にみかんの実とミントなどを飾って出来上がり。

## ●作品名：マンダリンティーのパンナコッタ

● 相可高校3年 阿部 直子

### ● 材料（8人分）

（パンナコッタ）

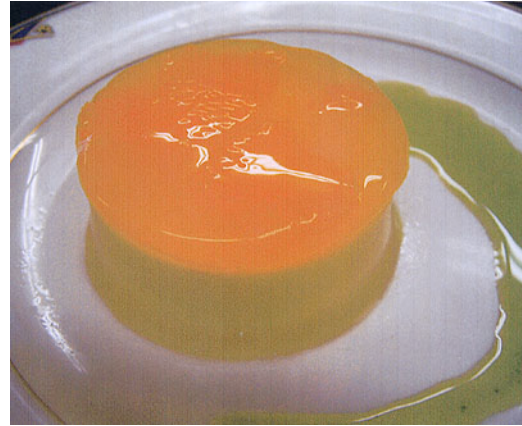
- ・ みかん 2個
- ・ 紅茶 1パック
- ・ 水 200cc
- ・ 牛乳 200cc
- ・ 生クリーム 200cc
- ・ グラニュー糖 70g
- ・ ゼラチン 7g
- ・ 水 24cc

（ゼリー）

- ・ みかん 3個
- ・ レモン汁 50cc
- ・ 水 50cc
- ・ ゼラチン 6g
- ・ 水 19cc
- ・ グラニュー糖 20g

（ソース）

- ・ 伊勢茶 50g
- ・ コーンスターチ 10g



### ● 作り方

- (1) パンナコッタを作る。みかんは皮をむき、実と果汁にして実を裏ごしする。
- (2) 紅茶は紅茶液を作り、(1)とあわせて60gにする。
- (3) 鍋に(2)と牛乳と生クリームをいれ、火にかける。温まってきたらグラニュー糖を加え、溶かす。
- (4) ふつふつとしてきたら、ふやかしたゼラチンを加え、型に流し込む。
- (5) あら熱をとり冷蔵庫で冷やす。
- (6) ゼリーを作る。みかんは皮をむき、実と果汁にわけける。
- (7) 水を火にかけ沸騰させ、グラニュー糖を加える。

- (8) 沸騰してきたら火を止め、ふやかしたゼラチン、みかん果汁を入れて裏ごしする。
- (9) あら熱をとり、レモン汁を加え、パンナコッタの上に流し入れ、みかんの実を入れる。
- (10) ソースを作る。伊勢茶を火にかけ温める。
- (11) 火からおろしコーンスターチを加えよく混ぜる。
- (12) 軽く冷やして、パンナコッタの周りにかける。

●作品名：ルービック t h e みかん

●相可高校3年 西下 亜梨沙

● 材料（4個分）

（フィナンシェみかん生地）

- ・ はちみつ 13g
- ・ バター 50g
- ・ みかん絞り汁 15cc
- ・ グラニュー糖 65g
- ・ 卵白 65g
- ・ アーモンドプードル 65g
- ・ 薄力粉 25g

（フィナンシェ抹茶味）

- ・ はちみつ 13g
- ・ バター 65g
- ・ グラニュー糖 65g
- ・ 卵白 65g
- ・ アーモンドプードル 65g
- ・ 薄力粉 32g
- ・ 抹茶 4g

（チーズクリーム）

- ・ クリームチーズ 50g
- ・ グラニュー糖 15g
- ・ みかんの絞り汁 10cc
- ・ みかん 1個分
- ・ ホワイトリカー 100cc
- ・ グラニュー糖 50g



● 作り方

- （1） フィナンシェ生地を作る。（みかん味、抹茶味同様）ボウルに卵白、グラニュー糖、はちみつを入れ、泡立てないように混ぜる。
- （2） ふるった薄力粉とアーモンドプードルを加え、さっくり混ぜる。
- （3） バターを鍋に入れて焦がしバターにし、80℃ぐらいに冷ましたら、（2）の生地に加える。
- （4） 四角い型に流し、180℃のオーブンで約15分焼く。



- (5) チーズクリームを作る。みかんは房とスジを取る。
- (6) 鍋にホワイトリカー、グラニュー糖を入れとかし、みかんを加え、中火で約10分焼く。
- (7) 冷やして汁気を切っておく。
- (8) ボウルにクリームチーズを入れてやわらかくしたら、グラニュー糖、みかんの絞り汁を入れ混ぜる。
- (9) (5) と (8) を合わせる。
- (10) フィナンシェを抹茶味、みかん味を同じ大きさに4つずつカットし、間にクリームを塗っていく。

● 作品名：レモンムースのミルフィーユ仕立て

～伊勢茶のソースで～

● 相可高校3年 西中 まさ美

● 材料（10個分）

（シュー生地）

- ・ バター 90 g
- ・ 水 250 g
- ・ 砂糖 10 g
- ・ 塩 5 g
- ・ 薄力粉 125 g
- ・ 卵 3～4個

（レモンムース）

- ・ レモンの絞り汁 75 g
- ・ グラニュー糖 95 g
- ・ 水 400 c c
- ・ 卵白 60 g
- ・ 粉ゼラチン 4 g
- ・ 水 20 c c
- ・ 生クリーム 150 g

（バニラババロア）

- ・ 卵黄 3個分
- ・ グラニュー糖 60 g
- ・ 牛乳 250 c c
- ・ 練乳（加糖） 20 g
- ・ 粉ゼラチン 4 g
- ・ 水 20 g
- ・ 生クリーム 130 g

（ソース）

- ・ 湯 適量
- ・ 湯蒸し煎茶 適量
- ・ 砂糖 5 g
- ・ コーンスターチ 5 g
- ・ 水 5 g



## ●作り方

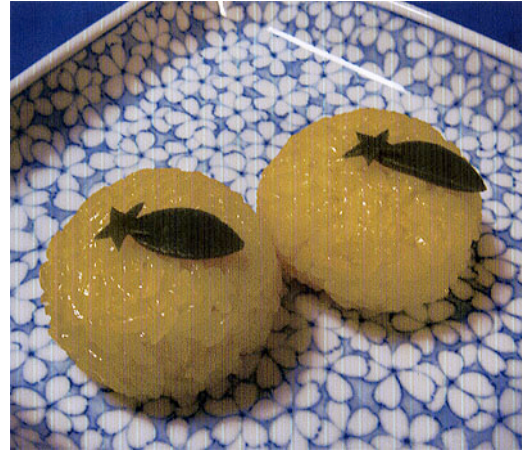
- (1) シュー生地を作る。厚手の鍋に水、バター、砂糖、塩をいれ沸騰させる。火を止めてふるっておいた薄力粉を一気に加えて混ぜる。
- (2) 火をつけ、鍋に膜が張るようになるまで炒めるように混ぜる。
- (3) (2) をボウルにうつし、といた卵を数回に分けて入れ、木べらでよく混ぜ、ゆっくりとへらに三角形の形を残すくらいの固さにする。
- (4) 天板にオーブンシートを引き、(3) の生地を天板いっぱいにながす。下が少しすけるくらいに薄くのばす。
- (5) 180℃に温めたオーブンで25分焼く。途中、生地が膨らんできたら、下に網をのせて平らに焼きあがるようにする。
- (6) レモンのムースを作る。砂糖と水を鍋に入れ、170℃まで煮詰める。あわ立てた卵白に少しずつ加えてイタリアンメレンゲを作る。
- (7) もうひとつの鍋にレモン汁を少量入れ、温めふやかしたゼラチンを加えて溶かす。残りのレモン汁も加える。
- (8) (6) に(7) を加えよく混ぜ、8分立てにした生クリームを加えて冷やし、絞れる固さにする。
- (9) バニラババロアを作る。鍋に牛乳を入れて温める。ボウルで卵黄とグラニュー糖を白っぽくなるまで混ぜ、牛乳を少しずつ加える。
- (10) (9) を鍋に戻し、とろみがつくまで火にかけ混ぜ、ふやかしたゼラチンを入れ溶かす。溶けたらを裏ごしし、練乳を加える。
- (11) 粗熱をとり、8分立てにした生クリームを加えて混ぜ、冷やして絞れる固さにする。
- (12) 6cm角に切ったシュー生地にレモンのムース→ババロア→レモンのムースの順番ではさみ、皿に盛る。
- (13) 渋めに出した緑茶60ccに砂糖と水で溶いたコーンスターチを加え、火にかけてソースにし、皿に添える。

● 作品名：みかんの“き餅”

●相可高校3年 有瀧 千奈美

●材料（8個分）

- |              |         |
|--------------|---------|
| ・もち米<br>（一合） | 150g    |
| ・みかんジュース（A）  | 120cc   |
| ・みかんジュース（B）  | 40cc    |
| ・グラニュー糖      | 10g     |
| ・白あん         | 140g    |
| ・みかんの皮<br>0g | 1個（10g） |
| ・みかんジュース（C）  | 少量      |
| ・抹茶          | 小1弱     |
| ・粉寒天         | 1g弱     |
| ・グラニュー糖      | 20g     |



●作り方

- (1) もち米を3時間水につけてとき、炊く30分前にはザルに上げ、水を切っておく。
- (2) みかんの皮をむき、白いわたがついていると苦くなるのでわたを取り、小さくみじん切りにする。それを皮の苦味をとるため、たっぷりの湯で3～4回水を変えてゆがく。茶こし等を使ってしっかり水分を切り、10g図っておく。
- (3) 米と（A）のジュースを炊飯器の設定を寿司にして炊く。
- (4) 炊き上がったらもち米にジュース（B）とグラニュー糖を合わせたものを混ぜ、寿司飯の要領であおいで冷ます。だいたい37gくらいに8等分しておく。
- (5) 白あんと（2）のみかんの皮を混ぜて8等分にし、ラップを使ってあんをご飯で包む。
- (6) ラップから外すとき、（c）のジュースを手水に使うって形をみかんの形に整える。
- (7) 抹茶寒天を作り、みかんの葉の形に切って、上に乗せる。

●作品名：すっきりさわやかシブースト

●相可高校3年 花川 さおり

●材料

(紅茶とアーモンドのスポンジ)

- ・ 全卵 154g
- ・ グラニュー糖 40g
- ・ きび砂糖 32g
- ・ はちみつ 10g
- ・ 水 5g
- ・ 薄力粉 50g
- ・ 紅茶の葉 15g
- ・ アーモンドダイズ 35g

(みかん風味のカスタード)

- ・ グラニュー糖 20g
- ・ 薄力粉 10g
- ・ コーンスターチ 10g
- ・ 卵黄 2個分
- ・ 牛乳 125g
- ・ バニラエッセンス 適量
- ・ みかん果汁 1/4個分
- ・ 生クリーム 20g

(シブーストクリーム)

- ・ 卵黄 2個分
- ・ グラニュー糖 15g
- ・ 薄力粉 18g
- ・ 牛乳 18g
- ・ 粉ゼラチン 5g
- ・ 水 20g

(レモングラスのゼリー)

- ・ 卵白 2個分
- ・ グラニュー糖 60g
- ・ レモングラス 約10本
- ・ グラニュー糖 10g
- ・ 粉ゼラチン 5g



- 水 25 g  
(スポンジ用シロップ)
- みかん果汁 15 g
- 砂糖 25 g
- グランマニエ 20 c c

● 作り方

- (1) 紅茶とアーモンドのスポンジを作る。卵をときほぐし、グラニュー糖、きび砂糖を合わせて入れ泡立てる。
- (2) 泡立ってきたらはちみつと水を溶いて加える。
- (3) 薄力粉と紅茶の葉を混ぜ、紙を敷いた天板に流す。
- (4) ローストしたアーモンドダイスをのせ、170℃で20分焼く。
- (5) 冷めたら紙をはがし、セルクル（側面の枠だけで底のない円形の焼き型）に合わせて2枚ぬく。
- (6) カスタードクリームを作る。ボウルに砂糖、薄力粉、コーンスターチを軽く合わせ、分量の牛乳を少量混ぜ、卵黄も混ぜる。残りの牛乳を温め、少しずつ混ぜたら再び鍋に裏ごしして入れる。
- (7) バットに広げ、ラップをはって冷やし、冷えたら混ぜてコシを切り、みかん果汁を加えてなめらかにし、生クリームを加える。
- (8) スポンジの上に絞り、皮を取ったみかんをのせ、スポンジを置く。
- (9) シブーストを作る。卵黄にグラニュー糖を入れすり混ぜる。薄力粉を混ぜ合わせ、沸かした牛乳を少しずつ混ぜる。
- (10) (9)を火にかけて、フツフツとしてきたら火を止め、ふやかしたゼラチンを加える。
- (11) メレンゲを作り、(10)に加えて混ぜ、セルクルに絞る。
- (12) 冷凍庫でよく凍らせ、グラニュー糖をふってバーナーで焦がす。
- (13) ゼリーを作る。レモングラス、熱湯100c cをいれ、弱火で濃い目に煮出す。ざるでこし、グラニュー糖をいれ溶けたらふやかしておいたゼラチンをいれ、溶けたらあら熱を取り、流し固める。

●作品名：みかんと生チョコのロールケーキ

●相可高校3年 南 佳苗

●材料（10人分）

（ビスキュイ）

- ・ 卵白 3個
- ・ 卵黄 3個
- ・ グラニュー糖 75g
- ・ 薄力粉 50g
- ・ 紅茶パウダー 5g
- ・ もち粉 20g
- ・ 粉砂糖 適量

（みかんのババロア）

- ・ 卵黄 2個
- ・ グラニュー糖 50g
- ・ みかん 75g
- ・ 牛乳 100cc
- ・ ゼラチン 5g
- ・ 生クリーム 200cc

（生チョコ）

- ・ ホワイトチョコ 100g
- ・ 牛乳 30cc
- ・ 生クリーム 100g
- ・ 紅茶の葉 5g
- ・ アーモンドダイス 30g

（飾り）

- ・ チョコレート 50g
- ・ ミントの葉 適量
- ・ 冷凍いちご 30g



●作り方

- （1）ビスキュイを作る。卵白を泡立てメレンゲを作る。そこに卵黄を加え軽く混ぜ、薄力粉、紅茶パウダーを合わせたものに加え、ゴムベラで混ぜる。
- （2）絞り袋に入れ、天板に搾り出し、砂糖をふる。オーブンは20

0℃で予熱し、180度で10分焼く。アーモンドダイスは160℃で5分焼く。

- (3) ババロアを作る。卵黄をほぐし、グラニュー糖を加え、白っぽくなるまですり混ぜる。みかんは皮をとってミキサーにかけておく。
- (4) ゼラチンはふやかしておく。牛乳を沸騰させて、卵黄に少しずつ加えていく。こし器でこして、鍋に戻す。鍋を火にかけて、トロミがつくまで混ぜる。板ゼラチンを加え混ぜ、みかんの汁を加え混ぜる。氷水に当てて、絞れるくらいの固さまで固める。
- (5) 生チョコを作る。牛乳を温め、紅茶の葉を入れ煮出してこす。ホワイトチョコを刻んでおく。生クリームを沸騰させて、チョコに加えて2～3分置いておく。
- (6) ゴムベラで混ぜ、少し固まったらアーモンドダイスを加えて混ぜ、絞り袋に入れる。
- (7) ビスキュイの上に絞り袋に入れたババロアを絞る。(少し残しておいてババロアをビスキュイに塗る。)
- (8) ババロア→チョコ→ババロア→チョコと交互に搾り出し、2/3まで絞る。
- (9) 生地を丸めて冷やし、固まったら10等分にし、皿に盛る。チョコレート、いちごピュレ、ミントなどで飾り付けをしたら出来上がり！



●作品名：日だまりシトロン

●相可高校3年 下里 友里

●材料（10人分）

（ジェノワーズショコラ）

- ・ 全卵 300g
- ・ グラニュー糖 200g
- ・ 薄力粉 90g
- ・ ココアパウダー 30g
- ・ バター 30g
- ・ 牛乳 30g

（フィヤンティーヌショコラ）

- ・ チョコレート 100g
- ・ フィヤンティーヌ 100g

（ムースシトロン）

- ・ レモン汁 50g
- ・ イタリアンメレンゲ 100g
- ・ 生クリーム 100g
- ・ 板ゼラチン 4g

（ムースブラウン）

- ・ 牛乳 150g
- ・ 卵黄 42g
- ・ グラニュー糖 60g
- ・ 板ゼラチン 6g
- ・ ホワイトチョコ 165g
- ・ 生クリーム 360g

（レモンゼリー）

- ・ レモン汁 20g
- ・ 水 80g
- ・ グラニュー糖 10g
- ・ 板ゼラチン 2g
- ・ レモンカード 適量



● 作り方

- （1） ジェノワーズショコラを作る。全卵とグラニュー糖を湯銭で温

め、ケンミックス（自動泡だて器）でリボンがかけるくらいまで泡立てる。ふるい合わせた薄力粉とココアパウダーをいれまぜ、溶かしたバターと牛乳を加える。天板に流し、

- (2) 180℃に熱したオーブンを160℃にし、15分焼く。
- (3) フィヤンティーヌショコラを作る。チョコレートを湯煎で溶かし、フィヤンティーヌであえる。
- (4) ムースシトロンを作る。板ゼラチンを溶かし、レモン汁とあわせる。イタリアンメレンゲを合わせて混ぜる。7分立てにした生クリームを加える。
- (5) ムースショコラブラウンを作る。卵黄とグラニュー糖を混ぜ合わせ、沸騰直前まで温めた牛乳を加え、鍋に戻す。板ゼラチンを加えとかし、30℃まで冷ます。ホワイトチョコレートを湯煎で溶かし、45℃にする。2つをよく混ぜたら、7分立てにした生クリームを加える。
- (6) レモンゼリーを作る。水とグラニュー糖を火にかけ、沸騰したらおろし、レモン汁と板ゼラチンを加える。
- (7) 順番にセルクル（側面の枠だけで底のない円形の焼き型）を重ねていく。