

材料		6人分
材 料 名	分量(g)	
牛乳	300	cc
米粉 (調理用)	30	g
砂糖	40	g
鶏卵	1個	(53~55g)
バニラエッセンス	少々	

**料理の特徴**

米粉のとろみはなめらかで、ほんのり甘い味になります。写真は、フルーツの上にカスタードクリームをかけて「トライフル」にしたものです。トライフルは“ありあわせ”という意味で、イギリスの家庭的なデザートです。

# 米粉のカスタードクリーム



**作り方**

- ①鍋に材料を全て入れ、泡だて器で混ぜる。
- ②中火にかけ、木べらを使って練り混ぜる。
- ③とろみがついてきたら2分ほど弱火で練り、冷蔵庫で冷やす。

※写真のように好みのフルーツの上にかけてたり、食パンにぬったり、ホットケーキにはさんだりしてもおいしく召し上がれます。

**調理のポイント**

☆とろみがついても火をすぐに消さず、少し練って適度な固さにします。

学校給食向け材料		
食 品 名	g / 1人	切り方等
米粉 (調理用)	3	
鶏卵	5	
牛乳	30	
砂糖	4	
バニラエッセンス	少々	
(トライフルにする場合)		
パイナップル缶詰	10	
みかん缶詰	10	
いちご	15	
(出来上がり目安量)		
	75g	
一人当たりのカスタードクリームは、35gです。		

**大量調理時の作り方と調理のポイント**

①～③作り方は上記と同様です。

**ポイント**

- ・油は使用しないため、釜が焦げないように弱火でよく混ぜます。

