

ラ・フランス

オリジナルスイーツ・料理コンテスト レシピ集



2011. 11. 8

ほほえみの宿 滝の湯

 JAてんどう

ごろりんラフ

(4個分) ・ラ・フランス果汁…100cc ・ホットケーキの粉…150g
・ラ・フランス…小1.5個(160g~200g) ・大葉…4枚

- 1、ラ・フランスをすりおろして果汁を作る。
- 2、ホットケーキの粉に果汁を入れて、耳たぶ位の硬さにする。
- 3、ラ・フランスを8等分にして、大葉で包む。
- 4、3のラ・フランスを2で包んで、上にラ・フランスを飾り、15分蒸し上げて出来上がり。

砂糖も卵も入れないで、ラ・フランスの甘みだけを使いました。生のラフランスを蒸したので、食感もあるかなと思います。大葉も、桜餅も葉の様な感じが楽しめたかなと思います。ラ・フランスを強調してみました。



バイクド・ラフランス・チーズケーキ

- ・クリームチーズ ・生クリーム ・砂糖 ・溶かしバター ・卵黄 ・卵白
・小麦粉又は米粉 ・レモンの皮(すりおろし) ・レモン汁
- 1、クリームチーズに生クリーム・砂糖を加えよく混ぜ合わせる。
 - 2、溶かしバター・卵黄・レモンの皮・レモン汁を順に加え混ぜ合わせた所に、粉を加えさらに混ぜる。オーブンは予熱しておく(200℃)。
 - 3、別のボウルに卵白と砂糖を入れ、角が立つくらいに泡立てて生地にも卵白の泡が潰れない様に混ぜ、オーブンで2分、次に170℃にして38~43分様子を見ながら焼き上げる。

レモンを多少多めに使用しているのであっさりとした味わいになっていると思います。



ラ・フランス プティング ~クリームチーズを秘めて~

- 1、クリームチーズ75g・砂糖40g・小麦粉3gを合わせる。
- 2、全卵・豆乳150mlを加え、プティング液を作る。
- 3、耐熱容器に、角切りにしたラフランスを入れ、そこにプティング液を注ぐ。
- 4、160℃に予熱しておいたオーブンで、約45分間蒸し焼きにする。
- 5、アラ熱を取り、冷蔵庫で冷す。
- 6、冷却後、表面に上白糖とアーモンドスライスをかけ、バーナーでキャラメリゼをする。

ラ・フランスの上品な香りとクリームチーズの濃厚さの掛け合わせと、キャラメリゼによる食感のアクセントが魅惑のスイーツです。



steamed ラ・フランス

最優秀賞

- 1、ラ・フランスの上の部分切り落とす。(のち、蓋になる)
- 2、種などの芯の部分を取り除く。(底は残す)
- 3、クリームチーズ30g・グラニュー糖180g・レモンの皮を混ぜ合わせ、ラ・フランスの芯があった穴に詰める。
- 4、160℃に予熱しておいたオーブンで約45分間蒸し焼きにする。

アツアツのトロ〜リ食感を愉しむのよし。冷して、しっとりした食感を愉しむもよし。その時々で味わいが異なり、何度も作りたくなるラ・フランスデザートです。生のラ・フランスでは味わえない、隠されていた魅惑的な美味しさを引き出しました。



ラ・フランスバターのスコーン

A スコーン/・コーングリッツ…80g ・薄力粉…170g ・ベーキングパウダー…10g
・グラニュー糖…30g ・バター…50g ・全卵 ・牛乳…100cc

ラ・フランスバター/・ラ・フランス…350g ・グラニュー糖…35g ・水…100cc
・レモン…1/2 ・バター…40g

ラ・フランスバター/1、ラ・フランス・水200cc・グラニュー糖50g・レモン1/2で
ラ・フランスのコンポートを作る。

2、ラ・フランスのコンポート100g・無塩バター100g・グラニュー糖50gを
フードプロセッサーにかける。

3、残りのコンポートを1cmくらいにカットし、バターとあえる。

スコーン/1、小麦粉170g・コーングリッツ80g・グラニュー糖30g・ベーキングパウダー10g
・バター50gをフードプロセッサーで軽く混ぜる。

2、ボールに1・牛乳100cc・全卵1個を入れてしっかりとこね冷蔵庫で冷す。

3、2の生地を7mmくらいで伸ばし、好きな型にくり抜きオーブン200℃で15分焼く。

スコーンを半分にカットし、中にラ・フランスバターをぬりはさんで完成。



ラ・フランスバターの香りがとても良く、サクサクとしたスコーンと、コーングリッツによってざらっとした食感がラ・フランスを連想させる、新しく手軽に作れるデザートです。

デュエット（二重唱）

- ・ラ・フランス…1～2個 ・ヨーグルト（プレーン）…450g ・生クリーム…200cc ・牛乳…200
- ・砂糖…100g ・レモン汁…少々 ・サン&リブジュース（ラ・フランス・ぶどう）
- ・バニラエッセンス…少々 ・ゼラチン…15g

- 1、ゼラチンを水で溶かす。
- 2、温めた牛乳に砂糖・ゼラチンを入れて溶かす。
- 3、残りの材料を全部入れる。
- 4、型に入れて冷蔵庫に入れる。

赤・白なので御祝事にもグー！！味も上と下で違います。



優秀賞

モッテ菊とラ・フランスの三五八漬

- 1、モッテ菊を酢を加えたお湯でさっとゆでる。
- 2、ラ・フランス2ヶは、皮をむき四ツ割りにし、芯をくりぬく。
- 3、厚さ5mmぐらいに切り、ポリ袋にゆでた菊とラ・フランスを入れ、三五八を小さじ2～3ぐらいを入れ、手で軽くもむ。

冷蔵庫に入れて半日～1日ぐらいしてから食べると、ラ・フランスの甘さが増しおいしい漬物となります。
（食べ頃になったラ・フランスよりも、少し固めのラ・フランスの方がくずれなくていいかも）



ラ・フランスドック

- ・ラ・フランス（M）…2～3個 ・ホットケーキの素…100g ・牛乳…100cc ・油
- 1、ラ・フランスの皮をむき、4等分にして横に半分に切る。（種は取りのぞいておく）
 - 2、ホットケーキの素に牛乳を入れ衣を作る。
 - 3、ラ・フランスに粉をまぶし、きつね色になるまで油で揚げる。



おやつギョーザ

- ・ラ・フランス (M) …6個 ・砂糖…好みで ・ギョーザの皮
- 1、ラ・フランスを砂糖を入れて20分くらい煮て、火を止めておく。(6つ割くらいの大きさ)
 - 2、ギョーザの皮にあうように切り、170℃~180℃くらいの油で揚げる。

そのまま食べてもいいし、塩コショウするとおつまみにもなります。



おいしい山形 (ラ・フランスとペロリン)

- ラ・フランス/ ・すし飯 (ピンク) …350g ・すし飯 (緑) …250g ・のり (全形) …1枚
 - ・かんぴょう (20cm) …1~2本 ・青のり…適量 ・卵焼き…1枚
 - ・ラ・フランス (固いら・フランスをみじん切りする)
- ペロリン/ ・すし飯 (ピンク) …210g ・すし飯 (緑) …190g ・山ごぼうの醤油漬 (20cm) …1本
- ・のり (全形) …1枚、1/6…2枚、1/4…2枚
 - ・煮かんぴょう (20cm) …2本
 - ・スライスチーズ…1枚 ・青のり…適量

ラ・フランスとつや姫を使い見て楽しく、食べて美味しい太巻きを作りましょう。



ラ・フランスいっぱいゼリー

- 1、中玉のラ・フランスを4等分にして、水を多めに入れて砂糖とやわらかくなるまで煮る。
- 2、煮汁3ccにゼリーの素10gを入れて沸騰する前でとめる。
- 3、やわらかく煮たら・フランスを型に並べて、ゼリー液を流して固める。



ラ・フランス in バスケット

優秀賞

バスケット生地/・卵黄…3個 ・砂糖…40g ・卵白…3個 ・砂糖…65g ・薄力粉…50g
・コンスターチ…30g ・粉糖…少々

ババロア/・牛乳…125cc ・生クリーム…125cc ・卵黄…2個 ・砂糖…45g
・ゼラチン…9g ・洋酒…少々 ・ラ・フランスピューレ…230cc ・ラ・フランス角切り…9
・飾り用ラ・フランス

バスケット/1、卵黄に砂糖を混ぜる。卵白に砂糖を混ぜメレンゲをつくる。
2、卵黄とメレンゲを混ぜ粉類を混ぜ、バスケット生地を作る。
3、天板に側面と底を絞り、粉糖をふり180℃で15分焼く。

ババロア/1、卵黄に砂糖をすり混ぜる。牛乳を温め、卵黄を混ぜトロミが出るまで煮つめ、
火からおろしゼラチンを混ぜ、洋酒を加える。

2、8分立にした生クリームを混ぜる。

3、ババロアが固めになったら、ピューレを加え角切りにしたラ・フランスを加える。

仕上げに、デコ型にバスケットを敷きバスケットを作り、ババロアを型に流して最後にラ・フランスを飾る。



ラ・フランス キッシュ風

・パイ生地…適量 ・ラ・フランス…1個 ・ラム酒漬けレーズン
キッシュ液/・卵…3個 ・砂糖…75g ・アーモンドプードル…45g ・生クリーム…220g
・レモン汁…40cc

- 1、21cmタルト型にパイ生地を敷く。
- 2、生クリームにレモン汁を加え、よく混ぜ合わせる。
- 3、卵に砂糖を加えてよく混ぜ、アーモンドプードルを加え混ぜ合わせる。
- 4、2のクリームを加えて混ぜ合わせ、型に流して焼き上げる。



クレーム・ブリュレ

(ココット型5個分) ・卵黄…2個 ・砂糖…25g ・生クリーム…200cc ・牛乳…50cc
・ラ・フランス(シロップ煮)…2~3個 ・キルシュ…適量 ・バニラ…少々

- 1、卵黄をほぐし、砂糖を加えてよく混ぜ合わせる。
- 2、生クリーム・牛乳・バニラを加える。
- 3、キルシュであえたラ・フランスをココット型に入れ、2を流し20~30分蒸す。
- 4、冷めたブリュレに砂糖を多めに振り、焼き色をつける。



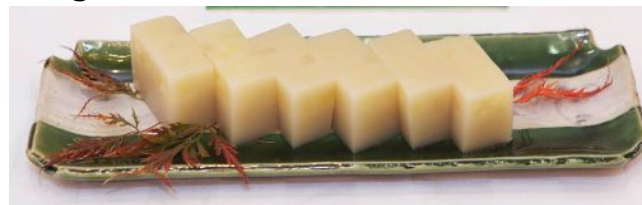
シーフードとラ・フランスのサラダ

- ・冷凍エビ…100g ・イカ…100g ・ラ・フランス（固めのもの）…1個
 - ラ・フランスソース/・ラ・フランス（小）…1個 ・フレンチドレッシング…大さじ5
 - 下味用/・レモン汁…小さじ1 ・塩こしょう…適量 ・サラダ油…小さじ1 ・白ワイン…小さじ1
- 1、エビとイカを白ワインを加えたお湯で火を通し、下味を付けておく。
 - 2、ラ・フランスとフレンチドレッシングをミキサーにかけてソースを作る。
 - 3、ラ・フランスの皮をむき、シーフードと同じ位の大きさに切り、ソースであえる。
 - 4、シーフードも加えて混ぜ合わせる。



ラ・フランスようかん

- ・粉寒天…4g ・ラ・フランスジュース…400cc ・グラニュー糖…70g ・白あん…390g
 - ・くず粉…13g ・水…45g ・ラ・フランス…1～2個
- 1、粉寒天・グラニュー糖をよく混ぜあわせる。
 - 2、ジュースを加えて煮溶かし、白あんを加え煮上げる。
 - 3、水溶きしたくず粉を加えて混ぜ合わせる。
 - 4、流し缶に少量入れ、ラ・フランスを並べて冷し残りを全部流し入れ冷し固める。



ラ・フランスのコンポート

- ・ラ・フランスジュース…200cc ・プレーンヨーグルト…200g ・砂糖…50g ・ゼラチン…1g
 - ・コアントロー…15g ・ラ・フランス…2～3個 ・レモン汁…25cc
- 1、ヨーグルトをなめらかにし、砂糖を加えてまぜる。
 - 2、ラ・フランスジュースとヨーグルトをよく合わせる。
 - 3、ゼラチンを加える。
 - 4、レモン汁・コアントローを加え、型に流し冷し固める。
 - 5、ラ・フランスを飾り、仕上げる。



タルトレット ラ・フランス

- ・サブレ生地 ・アーモンドクリーム ・カスタードクリーム ・ラ・フランス（シロップ煮） ・ゼリー液
- 1、タルトレット型にサブレ生地を敷き、アーモンドクリームを流して焼き冷しておく。
 - 2、カスタードクリームを絞り、その上にラ・フランスをのせる。
 - 3、ゼリー液を塗り固める。



ちょっと大人の ラ・フランスコンポート

・ラ・フランス…2個 ・水…400ml ・砂糖…大さじ6 ・ラム酒…小さじ4 ・クリームチーズ…適量

- 1、ラ・フランスを8等分にカットし、皮を剥いて芯を取りのぞく。
- 2、鍋に水、砂糖を入れて火にかけ、砂糖を溶かし火を止める。洋梨を加えて重ならないように並べる。
- 3、落とし蓋をして、弱火でコトコト25分煮る。
- 4、火を止め、仕上げにラム酒を加えて香り付けをし、そのまま冷す。
- 5、冷えたら、ラ・フランスの背に切り目を入れて、クリームチーズを挟み、ピックをさして完成。

ラム酒の効いたコンポートにクリームチーズをはさんだちょっと大人のデザートです。



ラ・フランスの香り爽やか！フルーティなミルクプリン

・ラ・フランス…1個 ・牛乳…100ml ・練乳…60g ・生クリーム…100ml ・粉ゼラチン…5g

- 1、ラ・フランスを4等分にカットし、皮をむいてすりおろす。
- 2、鍋に牛乳・練乳・生クリームを入れて火にかけ、かき混ぜながら沸騰させない程度に熱する。
全て混ぜたら火を止め、水でふやかしておいた粉ゼラチンを入れ、よく溶かす。
- 3、1に2を入れざっくりと混ぜる。容器に入れて、冷蔵庫で冷し固める。
- 4、小さく切ったコンポートとミントなどで飾りを付け、コンポートの甘い汁をかけて完成！



ラ・フランスの味噌漬

