

▶ いちごのコンフィチュール&ミルフィーユ



いちごの中でも代表的な品種「博多あまおう」を使ったコンフィチュール。フルーツはナシやイチジク、夏みかんなどを使ってもOK！ピンに入れて冷蔵庫に保存しておけば1か月は日持ちしますよ。

材料/ 6人分 調理時間約30分(下準備、冷ます時間を除く)

【いちごのコンフィチュール】

- ・いちご 600g(約2パック)
ヘタを取って洗っておく
- ・グラニュー糖 300g(いちごの約50%)
- ・レモン果汁 1個分



【いちごのミルフィーユ】

- ・いちご 6個
 - ・ブルーベリー 10粒(冷凍でもOK)
 - ・パイシート(市販のもの) 1/2枚
 - ・アーモンドスライス 10g
 - ・生クリーム 100cc
 - ・グラニュー糖 15g
- あらかじめ生クリームにグラニュー糖を加え、しっかり泡立てしておく

1

いちごのコンフィチュールを作ります。大きな鍋にいちごとグラニュー糖、レモン果汁を入れて混ぜ合わせ、いちごから水分が出るまで1時間ほどおきます。水分が出たら、中火3~6で約15分煮ます。沸騰したらふきこぼれないように火力を調整しながらかき混ぜ、アクを取ります。

2

煮詰まってくると泡が小さくなり、いちごから出た水分の色が鮮やかに透明感が出てきます。スプーンに少し取り冷まして傾けた時に、ゆっくりと水分が垂れる程度が出来上がりの目安になります。好みに洋酒やブランデーなどを加えてもOK！

煮沸消毒をしたピンに入れ、粗熱が取れたら冷蔵庫で保存しましょう。

九州の幸を使ったIHレシピメニュー | いちごのコンフィチュール&ミルフィーユ

3



いちごのミルフィーユを作ります。パイシートをクッキングシートにのせ、フォークなどで生地に数ヵ所穴を開けます。1mmくらいの厚さになるまで薄く伸ばし、型をととのえて。

4



ロースターで手動の弱火に設定して約10分、様子を見ながらこんがり焼いていきます。温度設定があるメーカーを使う場合、180度で約10分焼きます。

5



焼いている時間を利用して、フライパンでアーモンドスライスを弱火3で香ばしくロースト。

6



焼き上がったパイシートを好みの大きさにカット、生クリームを挟んでいちごとブルーベリーを飾りましょう。5を散らして、いちごのコンフィチュールをかけたら完成。

メーカー毎の火力数値一覧

	キューベ	コロナ	東芝	ナショナル	日立	三菱
強火	10	7	10	7	10	7
中火	7	5	8	5	7	5
弱火	3	3	5	3	3	3

調理にはナショナルIHクッキングヒーターを利用しました。火力はお使いの各メーカーにより異なります。下記の表を参考に火力を調整してください。

九州の幸を使ったIHレシピメニュー | いちごのコンフィチュール&ミルフィーユ