

ゆりねシュークリーム



材 料 (5個分)

- *ゆりねクリーム
ときゆり (ゆり根をばらしたもの) 100g
砂糖 10g
水 大さじ2
- *生クリーム
生クリーム 50cc
砂糖 5g
- *シュー生地
薄力粉 (ふるっておく) 30g
バター 25g
水 60cc
卵1~2個 (常温にもどす)



ゆり根は収穫後徐々に甘みが増していきます。時期やお好みで甘さを調節してください。このレシピは甘さ控えめです。

つくりかた

ゆりねクリームと生クリームをあわせる

1



ゆり根はゆで、1/5ほどを残して潰した後、水大さじ2と砂糖を加えてなめらかになるまで混ぜ、冷ます。

2



生クリームは角が立つまで泡立て、砂糖を加える。

3



②の生クリームと、①のゆりねを混ぜ合わせる。

残しておいた①のゆり根を加え、冷やしておく。

シュー

先に・・・オーブン用の天板に、オーブンシートか薄く油を塗ったアルミホイルを敷く。オーブンを200℃に予熱する（オーブンレンジの場合、レンジを使った後すぐに予熱開始）。

1



深くて大きめの耐熱容器に、小さくしたバターと水を入れてラップをふんわりとかけ、電子レンジで3分加熱する。

（バターが完全に溶けて沸騰し、揺らせば再沸騰するくらいまでしっかり加熱）

2



小麦粉を①に一気に加え、だまがなくなり、ひとまとまりになるまで手早く練り混ぜる。

再度ラップをかけ、電子レンジで40秒加熱する。

3



卵1個を溶く。

溶き卵1/4を、②の生地を混ぜながら加えて、よく混ぜる。なじんできたら、残りを2回に分けて加え、なめらかになるまでへらでよく混ぜる。(へらで生地をすくうと、かなりゆっくり落ち、へらについた生地が逆三角形になる程度のかたさ。卵1個で足りなければ、もう1個分を溶き、少しずつ加える。)

4



水をつけたスプーンで③の生地をすくい、天板に敷いたオープンシートの上に、3cm以上間隔をあけて置いていく(横に広げず、高く盛る)。

5



水をつけた指で、④の生地の表面をなめらかにし、霧吹きか指で生地全体に水滴をつける。

6



生地が温かいうちに予熱の終わったオーブンに入れ、200℃で25分焼く。焼いている間は絶対に開けない。割れ目がきつね色になるまで焼く。

火が消えた後も20分ほどオーブン内で生地を乾かす。オーブンは開けない。

7



冷めたシュー生地を横に切り、クリームを入れて完成。