



Crema caramella con farina di ceci

ヴィーガン・カスタードプリン



【材料】80ccの型4個分

(カスタード液)

※チェチ粉 44g(ふるっておく)

メープルシロップ 32g

ライスミルク 320g

※アサクラ EVO 10g

※コンチェントラートデルマーレ 一つまみ

バナラビーンズ 少々(動画では1/3本)

(カラメル用)

てんさい糖など 40g

水 40cc

※印はアサクラアイテム

YouTube/アサクラ CHANNEL VOL. 133 ライブクッキングより

【作り方】

※プリンの型にうすくEVO(分量外)を塗っておく

(カラメルをつくる)

- 1) 小鍋に砂糖を入れ分量の水の1/4程を入れて火をつける
- 2) だんだん煮詰まり茶色に泡ぶくがたち、ねっとりしてきたら残りの水を全て入れる
- 3) しばらく煮詰め、トロっとしたら出来上がり。熱いうちに型に均等に流し入れる

(カスタード液)

- 2) チェチ粉を計量しふるっておく
- 3) 材料を全て計量する
- 4) バナラビーンズは縦にナイフを入れ中身のビーンズをしごき取る
- 5) 鍋にライスミルク、メープルシロップ、EVO、コンチェントラートデルマーレ、バナラビーンズを入れて火をつけて沸騰させる
- 6) しっかり泡が沸き上がったら火を止め一呼吸おいて(泡が全部下に沈んだら)チェチ粉を入れる
- 7) 泡だて器で手早く全体を混ぜる
- 8) ミキサーに入れ攪拌し滑らかにする
- 9) 型に流し入れ粗熱が取れたら冷蔵庫で冷やし固める(1h~)
- 10) 冷蔵庫から出して型から出し、皿に盛りお好みでデコレーションする