

豚肉とクレソンのコーントルティーヤ

材料(2人分)

[トルティーヤの皮]

※この分量で20枚前後できるので、完全に冷めてから冷凍保存可

トルティーヤミックス粉…250g 卵(L)…1個
ベーキングパウダー…小さじ1 塩・黒こしょう…各適量
水…350ml オリーブオイル…少量

[具材]

オリーブオイル…少量 酒・しょうゆ…各大さじ1/2
豚肉切り落とし…50g 黒こしょう…少々
にんにくすりおろし…1/4片 クレソン…1/3束(3~4cmにカット)
しょうがすりおろし…1/4片 プチトマト…4個(縦4等分にカット)
ごま油…大さじ1/2 マヨネーズ…大さじ1
上白糖…2g 七味唐辛子…2ふり

作り方

- 1 ボールにトルティーヤミックス粉、ベーキングパウダーを入れ、水を一気に加え、泡立て器でなじませながら混ぜる(泡立ててはダメ)。
- 2 卵を割り入れ、塩・黒こしょうを加え、よく混ぜて冷蔵庫で30分以上休ませる。
- 3 フライパンにオリーブオイルをひき、生地を直径13cmくらいに丸く広げ焼く。ふちが少々めくれ、フライパンをゆすって生地が動くようになったらひっくり返して10秒ほど焼く。
- 4 豚肉は食べやすい大きさにカットし、にんにくとしょうがのすりおろしにつけておく。ごま油をひいたフライパンで焼き、上白糖、酒、しょうゆ、黒こしょうを加え、味を調える。
- 5 3に4、クレソン、プチトマトをのせ、マヨネーズ、七味唐辛子でトッピングする。

黒豆とココナッツのパイ

材料(24.5cm×10cmパイ型1台分)

冷凍パイシート…1枚

[ココナッツクリーム]

食塩不使用バター…40g 薄力粉…10g
グラニュー糖…40g 35%生クリーム…30ml
卵(L)…1個 ラム酒…15~20ml
アーモンドパウダー…25g 黒豆煮…1袋(100gぐらい)
ココナッツパウダー…40g 粉砂糖…適量

作り方

- 1 型にパイ生地を敷き、タルトストーンを載せ、190℃で20分ぐらい焼く(うっすら色づくぐらい)。
- 2 ボールに室温に戻したバター、グラニュー糖を入れ、すりませる。
- 3 卵を加えて混ぜ、ふるった粉類、生クリーム、ラム酒の順に入れる。
- 4 1に3のココナッツクリームを平らにならし、170℃のオーブンで25分ぐらい焼く。
- 5 4に黒豆を散らして、粉砂糖をふる。



富田 佐奈栄先生

日本カフェプランナー協会会長。
カフェズ・キッチン学園長。テレビ番組をはじめとする各メディア出演や食品メーカー等に商品企画やメニュー提案などを行い、数々の本を出版するなど、カフェのスペシャリストとして活躍中。

「カフェズ・キッチン」
<http://www.sanaegakuen.co.jp/>
〒153-0051
東京都目黒区上目黒1-18-6
☎03-5722-0378



- トルティーヤミックス粉はカフェズ・キッチンでも販売予定です。
- 協力:アメリカ穀物協会

プロが教える カフェ・レシビ

Cafe Felice

今、イチおしのカフェメニューです!

コーントルティーヤ& 黒豆とココナッツのパイ

とうもろこし粉のトルティーヤはどんな具材とも相性がよく、フード、デザートどちらのメニューにも合います。食べやすさや見た目のインパクトなど、カフェ気分を味わうのにぴったりの1品です。



POINT

いろいろな具材でアレンジ出来るのでおすすめです!

