



米粉フルーツタルトレシピ (18センチタルト型一台・5センチタルト型6個)

タルト生地レシピ

卵	1個 (50g～55g)
花見糖	20g
米粉	100g
菜種油	20g
アーモンドプードル	20g

カスタードクリーム

花見糖	大 3
卵	1個
牛乳	200ml
米粉	大1
(バニラエッセンス、ブランディ等)	

デコレーション用フルーツ

いちご	4～5粒
冷凍ブルーベリー	5粒くらい
キウイ (黄 緑)	各 1個
バナナ	1本

準 備

- ・タルト型に油を塗る
- ・オーブンを170℃に温める

タルト生地作り方

- ① ボールに卵1個を割り入れ、花見糖も入れ混ぜる。ホイッパーで粒がなくなるまで混ぜ、菜種油も入れ、さらに混ぜる。
- ② 米粉とアーモンドプードルをポリ袋で振るって一度に加える。まずゴムベラで混ぜる。ある程度混ざったら手に変えて、粉が見えなくなるまで混ぜる。
- ③ 30g×6に計量する。綿棒もしくは手とラップを使い丸くのぼし型にしきこんでいく。
- ④ 底をめん棒などで少し薄めにのぼしておく。
- ⑤ 余った生地は型抜きしてクッキーにする。
- ⑥ 170℃に温めたオーブンで13分ほど焼く。途中前後を入れ替える。
18センチのタルトの場合は170℃25分ほど焼く

カスタードクリーム作り方

- 1 牛乳を沸騰しない程度に温める。
- 2 卵と花見糖、米粉をボウルで混ぜる。
- 3 2のボウルに1の温めた牛乳を入れる。混ぜる。
- 4 濾しながら鍋に戻し、火を入れていく。(好みでバニラオイルを加える。)
- 5 なべ底から固まってくるので、常にかき混ぜる。ある程度固まったら
(ブランディなどで香り付けをする。) 平らなバットに移して冷まし粗熱をとる。
- 6 ある程度冷めたら、ラップをぴったりとかける。冷やす。

デコレーション

- ① フルーツをデコレーションしやすい大きさに切っておく。
- ② 冷ましたタルト型に、カスタードクリームを塗り、上をフルーツでデコレーションしていく。

タルト型でバリエーション

- ・ギリシャヨーグルトの様な水分の少ないヨーグルト（水抜きヨーグルト）をいれ、ヨーグルトタルト
- ・ハム、ベーコン、チーズなどを入れて卵液（アパレイユ）を作り、キッシュに。
- ・チーズケーキの材料を入れ、もう一度焼けばチーズタルトに。
- ・溶かしたチョコと生クリームを混ぜ入れ、冷やせばチョコタルトに。
- ・エッグタルト、食べられるおつまみカップなど、タルト型はアイデア次第でスイーツ以外にも色々使えます！