



「いちごのパンカップ」

材料（2個分）

サンドイッチ用パン	2枚
ホイップクリーム	適量
いちご	2個
【チョコカスタード】	

※作りやすい分量

卵	1個
砂糖	20g
薄力粉	18g
牛乳	200ml
ミルクチョコレート	50g

作り方

- 1 サンドイッチ用のパンは中心を残して4辺の真ん中に3cm程度の切り込みを入れ、プリンカップなどの型に折り重ねて詰め、オーブントースターで4～5分焼く。
- 2 チョココスタードを作る。
ボウルに卵と砂糖を入れ、泡だて器でよく混ぜる。薄力粉を振るって入れ、ダマにならないように混ぜる。牛乳を鍋に入れ、沸騰させないように温め、ボウルで合わせた材料に少しずつ加えて混ぜ、濾しながら鍋に戻す。中火にかけて混ぜながらとろみがついてきたら火からおろし、温かいうちにチョコを割って加えて溶かしながら混ぜ、バットなどに移して冷やす。
- 3 いちごはよく洗い、ヘタを落として水気をふき取り、4等分または薄くスライスする。
- 4 ①のパンカップに②のチョコカスタードを8分目程度入れ、ホイップクリーム、いちごを飾る。

緒方さんからのコメント

みんな喜ぶ組み合わせですね。食パンをこういう風に、焼き目を付けてカップにするというアイデアは、ぜひやってみたいと思いました。「いばらキッス」のように甘みのあるイチゴなら、甘さ控えめで軽めの生クリームが合うと思います。

野菜ソムリエプロ
緒方 湊さん