

## 米粉のシューアラクレーム



考案：高木 康政（「ルパティシエタカギ」オーナーシェフ）

### ■材料（12個分）

#### <シュー生地>

牛乳	50 g
水	50 g
無塩バター	40 g
グラニュー糖	6 g
塩	小さじ1/4（1.4 g）
米粉	60 g
（菓子・料理用）	
※粒子の細かい物	
全卵	100 g

#### 【分量外】

粉糖	適量
	（仕上げ飾り用）
溶き卵	適量
	（シュー生地焼成前用）

### ■作り方

- ① 天板にクッキングシートをしき  
丸口金の絞り袋と分量外の溶き卵を用意する。
- ② 牛乳、水、無塩バター、グラニュー糖、塩の  
順番に鍋に入れ沸騰させる。  
火を止めいっきに米粉を加え、軽く混ぜる。  
ボウルに移し、ほぐした卵を数回に分けて加え  
混ぜる。絞り袋に入れ、天板に丸く絞って上に  
溶き卵を刷毛で塗り、フォークでおさえる。  
※生地がふくらんだときに表面が均等に  
きれいになる様に形をつける
- ③ 190℃に予熱したオーブンで約30分焼成する。

### ■材料（12個分）

#### <クレームパティシエール>

牛乳	300 g
ヴァニラ	1/4 本
卵黄	60 g
グラニュー糖	90 g
米粉	25 g
無塩バター	10 g
フレッシュ生クリーム	150 g
	（42%または45%）

### ■作り方

- ① 鍋、ラップ、バットを用意する。
- ② 牛乳とヴァニラを鍋に入れ沸騰させている間に、  
ボウルに卵黄、グラニュー糖、米粉を入れ、  
ハンドミキサーでしっかり混ぜ合わせる。  
沸騰した牛乳とあわせて、鍋に戻し泡だて器で  
焦がさないように沸騰させる。
- ③ 沸騰したら火を止め、バターを加えバットに  
流しラップをして冷ます。
- ④ 冷えたクレームパティシエールをボウルに  
入れてほぐして、泡立てた生クリームを加え、  
ヘラで合わせる。
- ⑤ シュー生地にクリームを絞る。
- ⑥ 粉糖を適宜ふりかける。