

～林家木久扇のフリン～より

フリン

レシピ監修 大熊 恵 先生



甘さがほんのりで卵の味がしっかりしたちょっと固めのプリン。
木久扇さんが小さい頃にミルクホールで食べたプリンをイメージして作りました。

材料 ～ プリンカップ3～4個分 ～

<カラメルソース>

| | |
|--------|------|
| グラニュー糖 | 50g |
| 水 | 10ml |

<プリン液>

| | | |
|--------|------|-------------------|
| 卵 | 150g | Mサイズ3個分 |
| バニラのさや | 1/2本 | 縦にさいてバニラビーンズを取り出す |
| 砂糖 | 45g | グラニュー糖、上白糖でも可 |
| 牛乳 | 225g | |

<飾り>

| | |
|------|----|
| チェリー | 適量 |
|------|----|

作り方

カラメルソースをつくる

Step1
ステップ1

鍋を火にかけ、グラニュー糖を少しずつ加えて溶かす。



Step 2
ステップ2

キャラメル色に焦げてきたら火を止めて、水を少しずつ加える。
※鍋に粉ふるいでふたをしてから水を注ぐと、キャラメルが沸いて飛び散るのを防げます。



Step 3
ステップ3

プリンカップの底にスプーン1杯くらいずつ流し、冷ましておく。



プリンをつくる

Step 1
ステップ1

卵をほぐし、砂糖を加えてすり混ぜる。



Step 2
ステップ2

鍋に牛乳を入れ、バニラのさやとバニラビーンズを加え、火にかけて温める。(約50℃)



Step 3
ステップ3

温めた牛乳をステップ1に加えて、混ぜ合わせる。



Step 4
ステップ4

目の細かいこし器でこして、ラップで表面の泡をとる。



Step 5
ステップ5

プリンカップに8~9分目まで注ぐ。



Step 6 ステップ6

バットにキッチンペーパーを敷き、プリンカップを並べ、お湯を型の半分くらいまで注ぐ。
160℃のオーブンで35分蒸し焼きにする。
※焼成時間は多少前後します。型を持って揺らしてみ、動かないくらいに固まっていれば、焼き上がりです。



Step 7 ステップ7

粗熱を取って、冷蔵庫で冷やす。
型からはずし、器に盛り付け、チェリーを飾る。
※2時間程度で冷えますが、一晩おくとかたさがほどよくなり、カラメルソースもしっかり溶けて、おいしくなります。



食べごろと保存方法

冷蔵庫で一晩おいて翌日中にはお召し上がりください。