

# 🎃 ハロウィンの季節に食べたくなるカボチャのプリンレシピです!

濃厚な秋の味わいを たっぷり愉しみましょう ♪

夏場に収穫され、甘みを増すために熟成貯蔵された国産のカボチャ、ホックホックで、と〜っても美味しくなっています。  
甘みが う〜んと乗っていて、味も濃厚! 抜群の美味しさです!!!  
お料理だけではもったいない! スイーツでも愉しみましょう ♪  
仕上げにデコレーションするのもお忘れなく!  
出来上がりの写真を撮ってSNSにアップするのも良いですね (o^ー^o)ニコ  
ハロウィンのホームパーティーにオススメです!!! 是非お試しください🎃🎃🎃🎃🎃🎃



皮が硬く、重量感があり、表面の凹凸がしっかり出て、色がはっきりツヤがあるものは良品です。  
ヘタが黄色くて茎が枯れているもの、縦に溝が入っているものは良く熟れている証ですよ。

## カボチャのプリン 🎃 ハロウィンver

### 材料

- カaramel 砂糖.....60g  
水.....大さじ1  
熱湯.....大さじ1
- プリン液 カボチャ.....1/4玉 (正味300g)  
牛乳.....300cc  
たまご.....3個  
砂糖.....70g
- デコレーション 生クリーム.....100cc  
砂糖.....お好みの量  
チョコペン.....1本

### 作り方

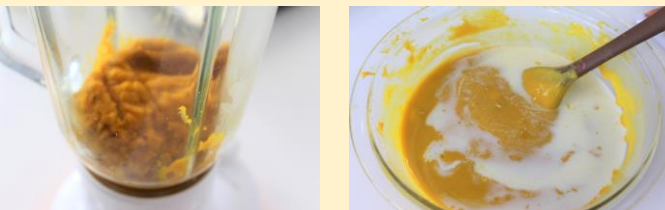
- ① 小鍋にカaramel用の砂糖と水大さじ1を入れ火にかけます。  
鍋をゆずって砂糖を溶かします。決してかき混ぜない。ダマができてしまいます。  
褐色になるまでしっかり焦がして色止めの熱湯を加えます。  
熱水が撥ねるので、ヤケドに注意してください!



- ② パウンド型にカaramelを流し入れ、底全体に広げます。



- ③ カボチャ1/4玉をラップで包んで電子レンジで5分加熱します。  
柔らかくなったら皮を落として細かく切り正味300gを計って  
フードプロセッサーやミキサーなどに投入、ペースト状にします。  
牛乳を何度かに分けて加え混ぜます。ダマにならないように!



- ④ 別のボウルに全卵3個を溶き、砂糖70gを加えて混ぜます。  
そこに③のカボチャ液を加えて混ぜ、②のカaramelを敷いた  
パウンド型にザルなどで濾しながら流し入れます。



- ⑤ ゴムベラで表面を波打たせて泡を浮かび上げて、その上にラップを被せてアク取りの要領で表面の気泡をとります。  
最後に爪楊枝などで小さな泡を消してください。



ラップでほとんどの気泡が消えていました

- ⑥ オープンの天板に⑤をのせて、1cm位の深さまでお湯を張ります。  
150℃でプルプルになるまで約40分じっくり焼き上げてください。  
その後、すぐに取り出さず予熱を利用して20分ほど放置します。  
オーブンから取り出して粗熱をとったら、冷蔵庫でしっかり冷やして固めます。  
機種によって加熱具合が異なりますのでオート機能でプリンを選んでOKです



- ⑦ 冷蔵庫から取り出し、パウンド型の周りにぐるっとナイフを入れて外し易くしてから、お皿を被せてひっくり返し、型から取り出します。  
適当な大きさにカットして、砂糖を加えて泡立てた生クリームをスプーンで垂らしかけ、チョコペンで絵を描き、出来上がりです。



カaramelのほろ苦さと濃厚なカボチャがとっても味わい深く、まるで、お店で買ったように仕上がりましたよ。  
仕上げに絵を描くのも楽しいですね! 是非お試しください!

このレシピはWebでもご案内しています。

師岡青果 カボチャ 検索 🔍

なにかご不明の際は青果部の店舗スタッフまでお尋ねください。

青果のご用命は師岡青果の各店舗まで!

も	ろ	お	か	市	場
師	岡	青	果	ダイ	レックス
夜	須	店	筑	紫	野
高	木	瀬	店	那	珂
			み	や	き
			日	の	隈
			店		
			八	女	店