

おいしいアメリカ旬の食材

堀池美由紀

ロンドン、ニューヨークでの料理修行で見つけた食材を、おすすめのレシピと一緒に紹介していきます。日本ではあまり見かけない食材も登場しますから、楽しみにしててくださいね。



堀池美由紀

コルドンブルーロンドン校にて、フランス料理・製菓を学んだ後、コンラン郷プロデュース・レストラン

「オルリー」で研修。「おいしく簡単でおしゃれな家庭料理」を motto に活動中。問い合わせは madamfigo@aol.com まで。

6月の食材
サクランボ
Cherry



6月末になると毎年楽しみにしているのがチェリーピッキング。ニューヨーク州のアップステートにある農場での収穫は週末3日間だけ、という限定果物だけに「今年はいつなのか」「天候はどうなのか?」と、とても気になります。それでも、宝石のように輝く大粒のサクランボを頬張ると、そんな気苦労はどこへやら。甘く、みずみずしいサクランボを好きになっただけ食べられる幸せ。アメリカに住んでいて良かったと心の底から思う瞬間です。

ポイント

表面に傷がなく、つやつやと光ってすっしりと重いものを選びます。また色の濃いものほどよく熟れているため甘みも強いですが、とてもいたみやすい果物ですが、その中でもアメリカン・チェリーは比較的風味も甘みも長持ちします。冷やして食べると甘み・酸味共に増してさらにおいしくなります。

サクランボのリコッタチーズケーキ

何ととってもそのまま食べるのが一番おいしいのですが、チェリーピッキングで万が一(?) 採りすぎてしまった時の贅沢な食べ方をご紹介します。酸味のあるリコッタチーズとサクランボの相性は抜群です。

材料：直径22cmタルト型1個分

- <アーモンドクラスト>
- アーモンド..... 1/2カップ
- 砂糖..... 1/4カップ
- 小麦粉..... 1カップ
- バター..... 大さじ5
- 冷水..... 大さじ2
- バニラエッセンス..... 適量
- 塩..... ひとつまみ

- <リコッタフィリング>
- リコッタチーズ..... 2カップ
- クリームフレッシュ... 1/2カップ
- 卵..... 2個半
- 砂糖..... 1/3カップ
- レモン.....
- 絞り汁1個分+レモンの皮1個分
- サクランボ... 30粒(種を取る)
- 注：1カップ=200cc

作り方：

- ①オーブンは350Fに予熱する。
- ②アーモンドクラストを作る。フードプロセッサーにアーモンド、砂糖を加えて回し、アーモンドが粉末状になったら、塩ひとつまみ、バニラエッセンス、小麦粉とバターを加える。バターと粉が混ざり合い、砂のようにさらさらになったら冷水を加える。生地が一つにまとまればよい。手のひらを使って均等に生地を伸ばし、型に敷く。種を除いたサクランボを底に並べる。
- ③サクランボ以外のリコッタのフィリング材料をフードプロセッサーにかけ、②の型に流し、オーブンで約40分、表面が固まるまで焼く。

ちょっと
うんちく

さくらんぼの原産は西南アジア。アメリカではアメリカン・チェリーと呼ばれる濃い紫色をしたピング種や、小粒で淡紅色のレイニアー種などが一般的です。旬は6月から7月にかけて。収穫期間は短く、また手作業で行われるため、高価な果実は「初夏のルビー」と呼ばれています。栄養素としては高血圧予防に効くカリウムが豊富で、ミネラル、ビタミンなどもバランスよく含まれているため、疲労回復にも効き目があるといわれています。



BARGAIN JAPAN

コスメ

電子辞書

コスメ

インテリア

キッズ

書籍

CD/DVD

雑誌

衣類

インテリア

日用雑貨

電化製品