

<1>ビーツの彩りムース (ミニグラス6個分)



【材料】・ビーツ(茹でたもの) 100g ・玉ねぎ(スライスしたもの) 1/4個
・コンソメ顆粒 6g ・マスカルポーネ 100g ・バター 大さじ1
・ゼラチン 3g ・湯(80°Cくらい) 大さじ1
《飾り》・冷凍パイシート ・マスカルポーネ ・ハーブ ・エディブルフラワー 適量

【作り方】

◎下準備<スティックパイを作る>
パイシートを半解凍の状態で1cm×8cmくらいのサイズに切る。
オーブンシートを敷いた天板にのせ、その上に耐熱プレートのをせ重しにし、
200°Cに温めたオーブンで20分焼く。
ビーツは一口大に切る。

- ① 小鍋にバターを入れて火にかけ、玉ねぎを入れしんなりするまで炒める。
- ② ①にコンソメを振りかけ、よく混ぜて冷ます。
- ③ フードプロセッサーにビーツ、②、マスカルポーネを入れて攪拌する。
- ④ 分量の湯にゼラチンを入れて溶かし、③に入れてよく混ぜる。
- ⑤ ④をボウルに入れて冷蔵庫で冷やす。
- ⑥ ⑤を絞り袋に入れて器に絞り入れ、ハーブとエディブルフラワー、スティックパイをのせる。

レシピ提供：
食卓スタイリスト
宮原江里子

<2>トマトスープ (4人分)

【材料】・トマト缶 1/2缶 ・水 150ml ・たまねぎ 1/2個 ・にんにく 1/2かけ
・アサリ缶 1缶 ・塩 小さじ1/2 ・ピザ用チーズ 小さじ4 ・彩野菜 適量
・オリーブオイル 大さじ1

【作り方】

- ① にんにくとたまねぎは、それぞれ粗みじん切りする。
- ② 彩野菜は細かくみじん切りにして混ぜておく。(パプリカ、紫玉葱、胡瓜など)
- ③ オーブンシートにチーズを小さじ1ずつ広げ、電子レンジで90秒かけチーズ煎餅を作る。
- ④ 鍋にオリーブオイルにニンニクを入れ火をかけ、香りがたったらたまねぎを炒める。
- ⑤ ④にトマト缶と水を入れて煮込み、ミキサーにかける。
- ⑥ 塩とアサリ缶の汁を入れて混ぜる。
- ⑦ 器にスープを入れて、アサリの実をのせ、チーズ煎餅で蓋をして彩野菜をのせる。



レシピ提供：
おもてなし料理講師
杉崎裕美

<3>スパイスガーリックシュリンプ (4人分)



【材料】・有頭海老 4尾 ・オリーブオイル 大さじ2
・にんにくすりおろし 小さじ1 ・白ワイン 小さじ1 ・クミン 小さじ1/2
・塩こしょう 適量 ・ライム 1/2個 ・パセリのみじん切り 適量

【作り方】

- ① 海老は背わたを取り、よく洗う。
- ② フライパンにオリーブオイルを熱し、にんにくすりおろしを焦がさないように炒める。
- ③ 香りが立ってきたら、海老を入れる。
- ④ 赤く色づいてきたら、白ワインを回し入れ、クミンを振る。
- ⑤ 海老に火が通ったら、パセリのみじん切りを加え、塩こしょうで味を整える。
- ⑥ カットしたライムを添えて盛り付ける。

レシピ提供：
食空間スタイリスト
吉府真海

テーブルコーディネーター×料理家たちの
ポットラックパーティー

<4>シフォンケーキ(8.5cmシフォンケーキ型(紙)3個分)



- 【材料】・薄力粉 60g ・ベーキングパウダー 小さじ1/4 ・卵黄 40g(Mサイズ2個分)
 ・バニラビーンズ 1/2本分 ・植物油(こめ油、太白ごま油など) 40ml ・牛乳 35ml
 ・卵白 90g(Mサイズ3個分) ・砂糖 65g
 <飾り用クリーム>・マスカルポーネ 100g ・生クリーム 100ml
 ・和三盆糖(または きび砂糖) 大さじ1 (9~10g)

【作り方】

- ① 薄力粉、ベーキングパウダーは合わせてふるう。
- ② ボウルに卵黄、バニラビーンズを入れて、植物油を少しずつ加えながら泡立て器で混ぜ合わせる。均一に混ざったら、牛乳を加え混ぜ、①を加え粉気がなくなるまで混ぜ合わせる。オーブンは180℃に予熱する。
- ③ 別のボウルに卵白を入れ、ハンドミキサーで泡立てる。泡立ってきたら、砂糖を2~3回に分けて加え、艶やかなメレンゲに仕上げる。
- ④ ②に③の一部を加えてなじませ、残りの③を加え、泡立て器ですくうように混ぜ合わせ、ある程度混ざったらゴムベラで泡をつぶさないように混ぜる。
- ⑤ 型に均等に流し込み表面を平らにして、180℃で10分、170℃で20分焼く。(焼き上がりの目安は、竹串を刺して生っぽい生地がついてこない状態)
- ⑥ 焼きあがったら網の上に逆さに置いて完全に冷ます。乾燥を防ぐためビニール袋に入れる。
- ⑦ マスカルポーネ、生クリーム、和三盆糖を混ぜ、泡だて器でしっかり混ぜ固めのクリームにする。シフォンケーキを型から外し、スプーンでクリームをぬる。好きなフルーツやナッツ(分量外)をトッピングする。
 ※クリームは冷凍可能

レシピ提供：
フードコーディネーター
浅香智子



<ポットラックパーティー：全10メニュー>

- <1>ピーツの彩りムース、ミニパイカップのサラダ、ガラスのアミューズボード、
- <2>トマトスープ、キューカンバーサンドイッチ、練り物オードブル、
- <3>スパイスガーリックシュリンプ、パテドカンパーニュ、
- <4>シフォンケーキ、ミニマドレーヌのチョコレート掛け



全メニューは、食にまつわる専門家コミュニティ
Sylph friendsのインスタアカウントで紹介中

TEAM Sylph - Sylph JAPAN & Sylph friends - 今回の登壇者紹介(肩書、名前、Instagramアカウント)

ブランディングプロデューサー	器コーディネーター	食空間スタイリスト	フードコーディネーター	おもてなし料理講師	食空間プランナー	食卓スタイリスト
橋本尚子	伊藤裕美子	吉府真海	浅香智子	杉崎裕美	高石典子	宮原江里子
@naoko_hashimoto	@yumiko_i	@yoshifumasumi	@studio_hestia	@sugiponkumamoto	@noriko_takaishi	@eristableandkitchen

食に関わる専門家コミュニティ「Sylph JAPAN & Sylph friends」 所属：27名(2022.1現在)

- ・レシピ開発 ・出張料理 ・パーティープロデュース ・テーブルコーディネート
- ・スタイリング撮影 ・商品ディスプレイ ・各種レッスン講師派遣 等 承ります。

HP: <https://teamsylph.com/>

Mail: sylphjapan2@gmail.com

お問い合わせフォーム→

