様式４

自由課題レシピ

発表部門	発表番号	受付番号
和菓子	104	110

養成施設名	辻調理師専門学校
氏　　名	小玉　彩乃

発表作品の菓銘	心恋（うらごい）
菓銘の説明	百人一首の「忍れど...」をモチーフにしました。昔の人が扇子を使って顔を隠す様から扇子を形にし、内からピンクをぼかすことで心恋の「心の中で恋しく思うこと」という意味を表現し、いちごとレモンの味で甘酸っぱい恋を表現しました。

品名	材料	重量(g)・容量(ml)	価格(円)
いちご餡	グラニュー糖	100g	44
	水	適量	0
	ハローデックス	40g	15
	白生餡	210g	116
	いちごピューレ	50g	124
	グルマンディーズ・フレーズ	4g	17
	レモン汁	5g	9
練切生地	グラニュー糖	270g	119
	水	適量	0
	ハローデックス	15g	6
	白生餡	450g	248
	餅粉	23g	46
	水	適量	0
道明寺生地	水	105g	0
	上白糖	45g	14
	頭道明寺粉	60g	130
みぞれ羹	粉寒天	3,5g	51
	グラニュー糖	100g	44
	ハローデックス	15g	6
	水	240g	0
	レモン汁	5g	9
	道明寺生地	85g	0
飾り	金箔	適量	50
	いらこ	適量	1
	食用色素(紫)	適量	0
	食用色素(水紅)	適量	0

※和菓子部門は『指定素材』の総使用量（およその）％を記入すること。（仕上げ・飾り部分は除く）

指定素材：餡	総使用量（加糖餡）	82%

合計(材料費は、実施要領で指定する自由課題の原価までとする。)

＊基本材料・指定素材については以下の価格(消費税抜き)で統一し
消費税抜きで計算・記入すること。

(1) 基本材料		(2) 指定素材	
①薄力粉	330円/kg	①小豆	910円/kg
②グラニュー糖	440円/kg	②小豆生餡	800円/kg
③鶏卵（Mサイズ）	27円/個	③白生餡	550円/kg
④ザラメ糖	340円/kg		
⑤上白糖	320円/kg		
⑥水飴	450円/kg		

発表作品の単価（1個／円）	52.45

発表作品の製造法

〈いちご餡〉
1, 鍋にグラニュー糖、ハローデックス、水を加え沸騰させる
2、沸騰したら白生餡を入れ、並餡より少し固めになったところに
いちごピューレ、グルマンディーズ・フレーズ、レモン汁を加え、
少し固めに炊く
3、小分けにとり、冷ます

〈練切生地〉
1、鍋にグラニュー糖、ハローデックス、水を加え沸騰させる
2、白生餡を加え、手につかない程度の固さまで炊く
3、餅粉に水を加え、耳たぶくらいの固さまでこねて、ゆでる
4、2に3を加え、餡全体がしっかりと混ざるように炊く
5、生地が熱い間に裏漉す
6、なめらかになるまでしっかりともみ込む
7、ちぎって小分けにし、さらしをかけて冷ます
8、粗熱が取れたら、6、7の作業を数回くり返して全体を冷ます

〈道明寺生地〉
1、鍋に上白糖、水を加え沸騰させる
2、頭道明寺粉を加え、吸水させる

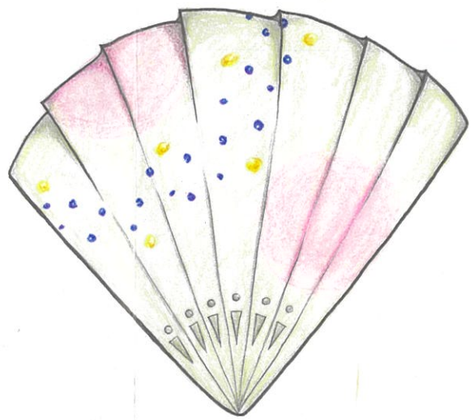
〈みぞれ羹〉
1、鍋に水、粉寒天を加え沸騰させる
2、グラニュー糖を加え、上がり目方まで煮詰める
3、ボウルに道明寺生地を入れ、2を数回に分けて混ぜ合わせる
4、レモン汁を加える
5、流し缶に流し、冷やし固める
6、固まれば、切り分ける

〈いらこ〉
1、紫色に着色して、乾燥させる

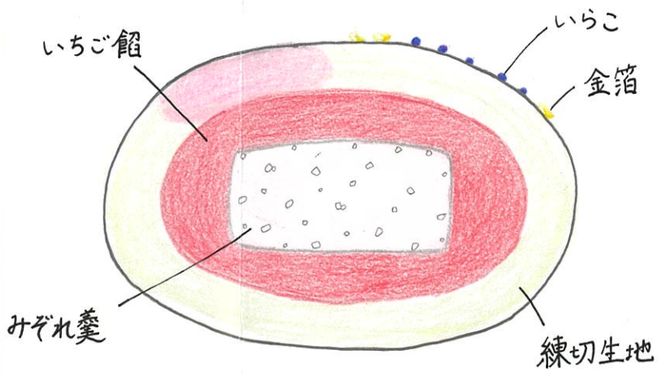
〈包餡〉
1、練切生地、いちご餡を分割する
2、みぞれ羹をいちご餡で包餡する
3、2を練切生地で包餡する

〈成形〉
1、扇子の形に整え、三角棒で筋をつける
2、三角棒と、きんとん箸で模様を付ける
3、金箔、いらこで飾る

菓子完成図
（カラーイメージを枠内に自筆する　ＰＣソフト等使用不可）



断面図（カラーイメージを枠内に自筆する　ＰＣソフト等使用不可）



器具・機材(器具備品リストにあるもので作業会場で借りるもの)

ボウル１
ボウル２
ボウル３
ボウル４
バット角
ゴムベラ
レードル
片手鍋１
電子はかり（1kg 1ｇ単位）
裏ごし（ステンレス枠）
冷蔵庫
急速冷却装置（ショックフリーザー）
製氷機
カセットコンロ