



# Trifle

トライフル

by MIHO chan



## 作り方

- ① カスタードクリームを作る
  - ・米分類をふるった中にふっとう寸前まで温めた牛乳を入れよく混ぜる
  - ・卵黄をひとつずつ入れてそのつどよく混ぜる
  - ・電子レンジでとろみがつくまで(約5分)加熱するとちゅう2~3回かき混ぜる
  - ・バターを加えて溶かす
- ② 生クリームを泡立てて砂糖を加える
- ③ スポンジケーキを約2cm角に切る
- ④ フルーツを切る
- ⑤ 器にスポンジケーキの半分、シエリー酒の半分、フルーツの半分、カスタードクリームの半分を1層に入れる  
残りの半분을くり返しのせる  
最後に生クリームをのせて好みで食布リッパをする

材料+ スポンジケーキ 1コ  
(手作りでも既製品でもOK)

薄力粉 大さじ2  
コーンスターチ 大さじ2  
砂糖 100g 牛乳 400cc  
卵黄 4コ分  
バター 大さじ4

生クリーム 200cc

砂糖 10g

シエリー酒 50cc

フルーツ 適量

(バナナ、キウイ、イチゴ、みかん缶など)



イギリスのデザート、トライフル。  
カスタードクリームと生クリーム、スポンジケーキ  
そして季節のフルーツを重ねるだけです。

公益財団法人  
名古屋YWCA  
新聞委員会  
2016

見た目もキュートな  
デザートで  
楽しいパーティーを!!

大きく盛っても  
ひと皿分おつ  
グラスに  
入れても  
ステキです

