

## いちじくのエッグタルト

今が旬のいちじく、漢字では「無花果」と書きます。原産地は西アジアで、旧約聖書の『創世記』アダムとイブの物語に登場する「禁断の果実」とも言われ、日本には江戸時代に伝わりました。果実の色から青いちじく、白いちじく、黒いちじくの3つに大別され、青は夏果、白は夏から秋、黒は秋果と、旬が2回ある果物です。つまり今が旬のいちじくはフランスで改良された黒いちじくで愛知県、和歌山県が主な生産地です。ただ、植物学的には食べている部分は「花の一部」で、実ではないそうです。また「不老長寿の果実」と呼ばれるほど、食物繊維、鉄分、カリウム、カルシウムなど栄養価に富んでいることでも有名です。今回は和歌山産のいちじくを使用しました。

### 【材料】 18cmのタルト型 1個

|                          |          |                       |
|--------------------------|----------|-----------------------|
| <input type="checkbox"/> | いちじく     | 4個                    |
| <input type="checkbox"/> | レモン汁     | 10cc                  |
| <input type="checkbox"/> | 卵黄       | 2個分                   |
| <input type="checkbox"/> | 小麦粉      | 10g                   |
| ★                        | 牛乳       | 100cc                 |
| ★                        | 生クリーム    | 100cc                 |
| ★                        | 砂糖       | 30g                   |
| ★                        | バニラエッセンス | 適量                    |
| <input type="checkbox"/> | 冷凍パイ生地   | 1枚（または既成の18cmサイズのタルト） |
| <input type="checkbox"/> | バター      | 適量                    |



### 【作り方】

- いちじくの皮をむき5mm幅の輪切りにする。レモン汁を振りかけて色止めおく。
- タルト型の内側に常温に戻したバターを薄く塗っておく。
- オーブンを200℃で予熱する。
- 5分程度解凍したパイ生地にラップをして、細棒など型より大きい面積になるように伸ばす。
- 4のタルト型に2を敷き入れ、はみ出した部分を切り取る。タルト上にクッキングシートを敷いてストーンを入れ、200℃のオーブンで20分程度焼く（既成のタルトを使えば4～5は省略できる）。
- 小鍋に★の牛乳、生クリーム、砂糖、バニラエッセンスを入れて、少し煮詰める。
- ボウルに卵黄、小麦粉を入れてよくかき混ぜる。ここに7を少しずつ加えてその都度よく混ぜる。
- 7の卵汁を茶こしなどを使ってこしながら、5の中に入れる。
- 180℃のオーブンで20分程度焼く。途中15分ぐらい経ったところで、1のいちじくを飾り、焦げないようにア

#### ナパージュ風（色、つやを出すコーティング）の作り方

水15ccにゼラチン3gを入れて混ぜ10分間置く。小鍋に水50cc+砂糖10gを入れて焦げないように温め、ここにゼラチンを入れて良く溶かす。ボウルに氷水を入れた冷水で冷やし、フルーツの上にハケで塗る。

ルミホイルをかぶせて、さらに5分程度焼く。

11. 焼き上がったら、ナパージュを塗って完成！