

# 頑張ろう福島 ～福島県の特産品の一つである桃の製菓への活用～

## 簡単・美味・おしゃれスイーツ～初夏のフルーツとハーブを使って～

Happy Peach (福桃) プロジェクト  
日本フードスペシャリスト協会共催事業

蒸し暑い季節、手際よく衛生的に、美味しくてきれいなデザートを作りましょう。  
管理栄養士としてレシピをヘルシーにアレンジしています。



### Happy Peach Parfait

ピーチパフェ 4～5人分

フィンガービスキュイ		1本/1人
シロップ	ピーチリキュール(桃の涙)	大1
	砂糖	40
ヨーグルトソース	プレーンヨーグルト	200
	クリーム	50
	粉糖	20
キラキラゼリー	板ゼラチン	5
	水	50
	砂糖	25
	サイダー	250
	ミントリキュール	5
ピーチゼリー	板ゼラチン	10
	100%桃ジュース(桃の恵み)	1本(190cc)
ナタデココ	星型缶	数個/1人
初夏のフルーツ	スイカ(赤)	300
	キウイ(緑)	1個
	桃缶(福島産 あかつき)	1/2切れ
	チェリー(福島産)	1個/人
	ミント	
Drink	ミルクティー	ティーリーフ
		砂糖
		牛乳



①水80ccと砂糖を煮とかし、ピーチリキュールを加え冷やしておく

②フィンガービスキュイにシロップを浸し、器に敷く

⇒フィンガービスキュイを軽くシロップに浸す

(1/2パック)

①クリームと粉砂糖を軽く泡立てる(トロリ)

②ヨーグルトと静かに混ぜ合わす(泡立てない)

⇒クリームを軽くホイップし、ヨーグルトと合わす



①冷水にしとらせておく

②水と砂糖を火にかけ、砂糖を煮とかす

③しとらせたゼラチンを火からおろした②へ混ぜ溶かす

④サイダーとミントリキュールを加え、粗熱をとり冷蔵庫で(泡は消えていく)

⇒フォークで細かくキラキラにする

①ゼラチンを冷水にしとらせ、湯煎溶きする

②桃ジュースに、溶かしたゼラチンを加えよく混ぜる

③冷やし固める。

⇒サイコロ状にカットしたり、♡や☆型で抜く

⇒フルーツは丸く繰り抜いたり、☆型で抜いて楽しむ  
(あまり細かくカットしない)

仕上げ

⇒フィンガービスキュイにシロップを浸し、器にいれ、ヨーグルトソースをかけ、キラキラゼリー、桃ゼリー、ナタデココ、フルーツをデコレーションする



福が満開、福のしま。