

Mini Pavlovas

ミニ・パブロバ

INGREDIENTS

2 egg whites
Pinch salt
1 1/4 cups (137.5g) caster sugar
1/2tsp cornstarch
1 tsp vinegar
1/2 tsp vanilla essence
200ml thickened cream, whipped
100g frozen mixed berries
Fresh fruit (e.g. Kiwifruit)
1 tsp water
1 tsp lemon juice
2 tsp sugar

METHOD

1. Preheat oven to 120° c. Prepare a tray lined with baking paper.
2. Wipe a medium bowl with lemon juice and paper towel to clear any traces of oil. Add egg whites and a pinch of salt to the bowl, and whisk with a hand mixer on medium-high speed until soft, glossy peaks form. While still mixing, add the sugar a teaspoonful at a time. Beat meringue on high until stiff and glossy, about 5 minutes. Add in cornstarch, vinegar and vanilla, and fold gently to combine.
3. Spoon a mound of meringue onto the prepared tray. Use the back of the spoon to create an indentation in the centre of each mound. Bake in preheated oven for 35 to 40 minutes. When done, turn off oven and leave meringues to cool in oven for 1 hour.
4. Put the sugar and water in a small pot over medium heat, stir until sugar dissolves. Add the fruit and lemon juice. Simmer for 5 minutes or until fruit is softened. Leave to cool.
5. Top the pavlova nests with whipped cream and berry sauce, and serve immediately.

NB. Makes 6 nests

材料

卵白 2個分
塩 一つまみ
上白糖 1と1/4カップ(137.5g)
コーンスターチ 小さじ1/2
酢 小さじ1
バニラエッセンス 小さじ1/2
泡立てた生クリーム 200ml
冷凍ミックスベリー 100g
生のフルーツ(キウイなど)
水 小さじ1
レモン汁 小さじ1
砂糖 小さじ2

作り方

1. オーブンを 120 度に予熱する。天板にオーブンシートを敷く。
2. 中くらいのボウルをペーパータオルにレモン汁を付けて、油汚れをすべて拭き取る。卵白と塩を入れ、ハンドミキサーの中速で柔らかくツヤのあるツノが立つまで泡立てる。混ぜながら小さじ1杯ずつ砂糖を加え、都度泡立てる。メレンゲを硬くツヤが出るまで高速で 5 分程泡立てる。コーンスターチを加え、酢、バニラエッセンスを優しく折りたたむように混ぜる。
3. 準備しておいた天板にメレンゲをスプーンで盛る。スプーンの背を使い、中央にへこみを作る。予熱したオーブンで 35~40 分焼く。焼きあがったらオーブンを切り、メレンゲが冷めるまで1時間庫内に置く。
4. 小さな鍋に砂糖と水を入れ中火にかけ、砂糖を溶かす。果物とレモン汁を加える。果物が柔らかくなるまで5分程煮て、火から外し冷ます。
5. 焼きあがったパブロバに、ホイップクリームとフルーツソースを載せ、すぐに出す。

※ 6個分