???????

???

- 牛乳　**420g(400cc)** を耐熱容器に入れ、レンジ　600Wで 2分 30秒温める
  - ある程度あったまれば良い。
  - 3分以上だと熱くなりすぎちゃうかも。
- 全卵　**3**個 を十分にかき混ぜ、　グラニュー糖　**80g**を入れてしっかり溶かす
- 温めた牛乳に卵液を入れ、しっかり混ぜる
- 混ぜたプリン液を別の容器に入れながら漉し、　バニラペースト　**3g**を入れてさらに混ぜる
  - 茶こしで濾されちゃうのがちょっと気になるからこの順番だけど、濾す前にバニラペースト
    を入れても良さそう。
  - バニラペーストは　1cmくらい
- 十分に混ぜたプリン液を、プリンカップに均等に注ぐ
  - 煎茶を淹れるときみたいに、　2周くらいで全部入れると偏らなくていい感じ
  - iwakiカップだと　4個、使い捨てカップだと　5個くらい
- プリンカップにアルミホイルをかぶせ、　低温蒸し　**80°C 20~ 23**分 加熱する
  - iwakiカップは　22分くらい、使い捨てカップは　20
    分くらいがちょうど良い。固めが好きならもう少し長く。
- 加熱後、すぐにオーブンから取り出し荒熱を取ってから冷蔵庫で　2時間くらい冷やす

??

- バニラペースト
  - チューブタイプだと取り扱いやすい。
  - https://www.amazon.co.jp/dp/B07MYVY7P5/
- プリンカップ
  - iwaki 150ml ... https://www.amazon.co.jp/dp/B0HK76VNG1
  - 使い捨て　165ml ... https://www.amazon.co.jp/dp/B0GVRV8NHP
- カリタの　**500ml**コーヒーサーバー
  - 牛乳の温めとプリン液の調合に使う。　1回分のプリン液がちょうど入る。
  - https://www.amazon.co.jp/dp/B01BZVWHYO
  - https://biccamera.rakuten.co.jp/item/4901369312680/
- 貝印の茶こし
  - 上述のコーヒーサーバーと相性が良い。円錐型も気になるけど試せてない。
  - https://www.amazon.co.jp/dp/B0C2WTXL7G/
- 石窯ドーム　**ER-D5000A**
  - 低温蒸し　80℃が実現できればなんでも良いが、石窯ドームが頼もしすぎる。

??

- https://www.toshiba-lifestyle.com/jp/microwaves/recipes/detail/188/

Revision #2
Created 15 November 2026 04:33:20 by nonoha
Updated 15 November 2026 04:51:51 by nonoha