

ローズ・ビ・ラバン Roz bi laban

ローズ・ビ・ラバンについて

エジプトのデザート、ローズ・ビ・ラバン(Roz bi laban)をご存知でしょうか？アラビア語で「米と牛乳」を意味するローズ・ビ・ラバンは、新しい年がミルクのように真っ白に美しくありますようにと願い、新年をお祝いするミルクとライス布丁です。

起源は古代エジプトにあり、今ではクリスマスのお祝いのデザートとしても出されています。

ちなみに私のローズ・ビ・ラバンは、我が家のお菓子の伝統を受け継ぎまして、おかゆの様なツブツブ感はなく、なめらかにすりつぶしたプリンのような味わいです。

皆様にとって新しい年が白く新しく美しくありますように。このローズ・ビ・ラバンのように🍷
まだ早いかしら！

May the New Year turn out to be white, fresh, and beautiful like this dessert "roz bi laban" for you♥



○材料

- ・牛乳1000cc(1パック)
- ・生クリーム200cc
- ・砂糖大さじ6~9程度(お好みで)
- ・お米の粉1~2合
- ・バニラオイル少々
- ・ピーナッツ、クルミ適量
- ・アーモンド、ヘイゼルナッツ適量
- ・ココナッツ、レーズン適量
- ・バニラパウダー(もしあれば、お好みで)

※この材料で約8人分作ることができます。調理の際は、人数に合わせて調整してください。

★ 作り方

- ① 洗った米を冷水に2時間つけます。
ざるに入れて乾かして、完全に水分が取れたらミキサーなどで細かい粉末にします。
- ② ①で作った米の粉を鍋に移し、冷たい牛乳、生クリーム、砂糖を加え弱火にかけます。
- ③ 米の粉が柔らかくなるまで、弱火で混ぜながら加熱します。味見して、甘みが足りなければ砂糖を足します。
- ④ ゼリー状になったら、火を止めます。
(沸騰して火山のようなボコボコが見えたら、火を止める合図！)
- ⑤ ④にバニラオイルを加え混ぜます。
- ⑥ ガラスの器に盛り付けて、ナッツ類を振りかけ、じゅうぶんに冷めてから冷蔵庫で冷やせば、はい、出来上がり♥

※写真はピスタチオもトッピングしております。



動画ではより詳しく調理過程を紹介しております。ぜひご覧ください！

完成！