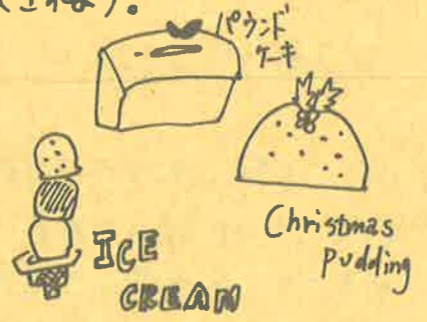


こんにちは。Miyacoです。みなさんお元気ですか？  
今回は、なんだか無性に食べたくなるプリンについてお話しします。  
それでは、よろしくおつきあいください。

### ▽ プリンとは ▽

正式には「プディング」といい、イギリスでは日本よりもはるかに幅広い意味をもっているそうです。  
料理系のプディングを「セイボリー・プディング」（塩味のプディング）、甘いプディング全般を「スイート・プディング」と称し次の3つに分類されます。

- ① ベークド・プディング（パウンドケーキ、タルトなど）
- ② スチームド・プディング（クリスマスプディングなど）
- ③ コールド・プディング（アイスクリームなど）



### ▽ プリンのルーツ ▽

1588年、英西戦争においてイギリスがスペインの無敵艦隊を破り、海の覇者となります。当時、航海中の最大の問題は食糧。  
船上では手取りの食糧を有効活用しなければなりません。肉の小片やパン屑でも大切です。しかし、問題は料理法です。あるとき、余った食材を全部合わせて卵液と一緒に蒸し焼きにしたら、こた混ぜの茶石宛蒸しのようなものができあがりしました。これが「プディング」のはじまりという言い伝えがあります。後に陸上でも作られるようになり、次にパンや米だけを入れたものが作られるようになり、やがて具を入れずに卵液だけ固めたものが作られるようになりました。これが日本人にも馴染み深いカスタードプディングになっていきます。



### ▽ プリンの日本伝来 ▽

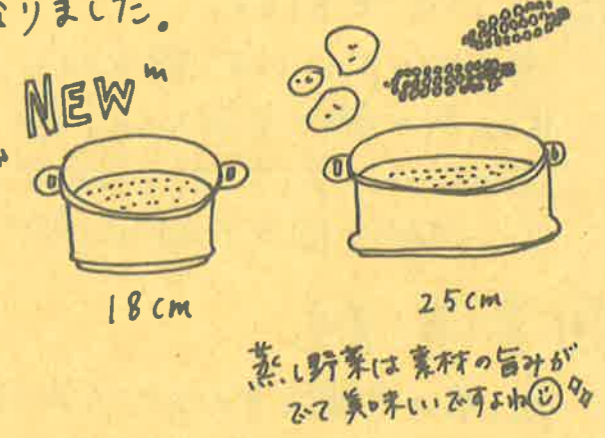
プディングが日本に伝わったのは、江戸時代後期から明治の初期ということですが、プディングは日本人の耳には「ポットィング」や「プッジング」と様々に聞こえたようですが、やがて「プリン」と呼ばれるようになります。  
実際に一般家庭に普及するのは、1964年にハウスの「プリンmix」が発売されたからということですね。

### ▽ お詫言と訂正 ▽

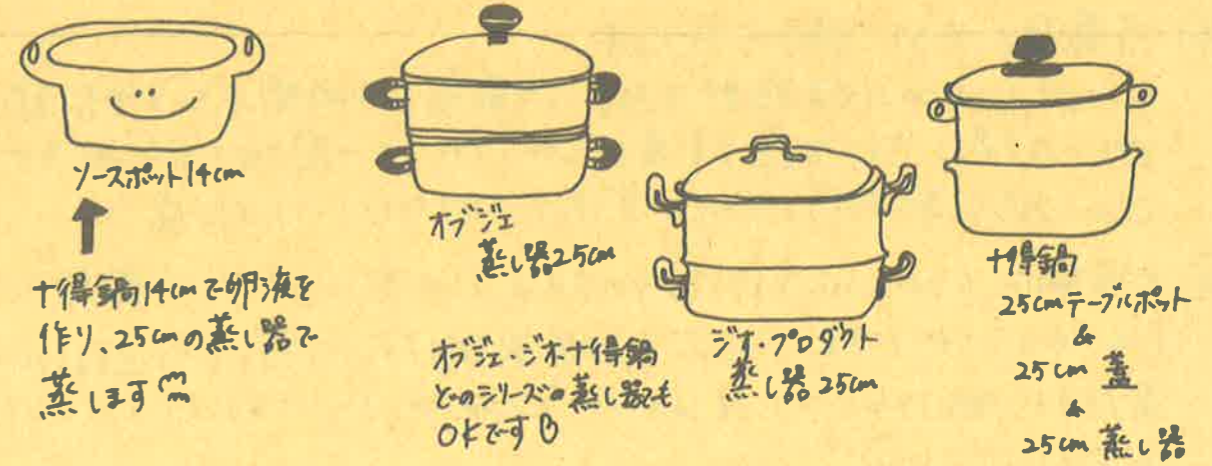
前回のミヤコメールで十得鍋のフライパンの発売を今年の春と申し上げましたが、未だ発売には至っておりません。この秋へと延滞となりますこと、深くお詫言申し上げます。誠に申し訳ございません。

その代わりと言ってはなんですが、フライパンの他にも十得鍋の蒸し器を18cmと25cmの2サイズ加えることとなりました。

これで笑鳥を丸ごと蒸したり、とうもろこしやさつまいも、じゃがいもなど、たっぷりの蒸し野菜も調理できるようになります。ですが、今は夏、せがくですので蒸し器を使って作る冷たい「デザートプリン」にとりあえず使いたいです。



### ▽ 十得鍋のソースポット14cmと蒸し器25cmで作るためプリン ▽



材料 (ソースポット14cm 1個分)

プリン生地

- ・溶き卵Mサイズ4個分 ・グラニュー糖50g ・牛乳360cc
- ・バニラエッセンス (あればバニラオイル) 少々

カラメルソース

- ・グラニュー糖60g ・水20cc



～作り方～

① カラメルソースを作る。

ソースポット14cmにカラメルソースの材料を入れ、中火にかける。混ぜると砂糖が再結晶化して固まってしまうので、さめらぬようにして、鍋を回しながら砂糖を溶かし、こげ茶色に色づいたら、火からおろして、固まるまで冷ます。

② プリン生地を作る。

溶き卵のボールに砂糖を加え、ザラツキがなくなるまで泡立て器ですり混ぜる。別の鍋に牛乳を入れて中火にかけ、まわりがフツフツしてきたら火を止める。卵のボールに少しずつ加えてながら混ぜ、バニラエッセンスを加える。万箇をこし器でこしながら①のソースポット14cmに流し入れる。

③ 蒸し器で蒸す。

蒸し器の下鍋の半分位までの水位でお湯を沸かし、上に②を入れた蒸し器をセットして、蓋をして15～20分ほど蒸し、火を止めて10分ほど余熱で火を通す。生地表面を軽く押し、はすえような弾力があれば蒸しあがり。



④ 冷蔵庫で冷やし、鍋から取り出す。

ソースポット14cmのまま粗熱を取り、冷蔵庫で3時間以上冷やす。鍋とプリンの間にはナイフを底まで差し入れ、グルリと一周させてから、皿をかぶせてひっくり返し、取り出す。好みのサイズに切り分けていただく☆

(M) 十徳鍋は、カラメルソースを作って、そのままプリン成型にもなり、冷蔵庫や冷凍庫にも入れることができるので、かなり応用範囲は広いと思います。直径14cmではありますが、鍋1/4分のプリンはたぶんかテンションが上がりすぎるので、よろからずお試しください!!

▽ ムースとババロア

ムースは生クリームや卵白を泡立て、空気を入けて、細かい泡にふんわりと仕上げたお菓子です。

ババロアは牛乳・卵・砂糖を混ぜ合わせたものに泡立てた生クリームを加え、ゼラチンで冷やし固めたお菓子です。

ムースとババロアはどっちが違うのでしょうか?

ろくにいえば、ババロアはムースに比べて固く、ムースは卵白を泡立てて加えるのでババロアに比べると軽くふんわりしています。

しかし、様々なレシピがあり、明確な線引きをすることは難しいといえるようです。



チョコレートケーキ



ムース

どちらもおいしいです♡

プリンには、ソーセージの祖開ツをゆでたものという言い方もあります。ご了承ください。

さて、こんなミヤコマルですが、年4回季節ごとに発行していきたいと思っています。もしも続けて読んでみたいという方がいらっしゃいましたら、下記の住所までおはかきにて、お名前・ご住所・お電話番号、を明記の上、右下すみの希望券を貼ってお送りください。FAXやEメールでのお知らせでもOKです!! ひとことご感想など添えていただくと、とてもうれしいです! 一度お知らせしていただければ、無料にて続けてお送り致します。みなさんのご応募心よりお待ちしております。

※ご連絡いただいた個人情報、ミヤコマル等の発送のみに利用し、お客様本人の同意なく第三者への開示・提供等はありません。

参考文献: お菓子の由来物語

Miyaco 株式会社 宮崎製作所 TEL: 0256-64-2773 (代) FAX 0256-64-5728

HP <http://www.miyazaki-ss.co.jp/>

Eメール [info@miyazaki-ss.co.jp](mailto:info@miyazaki-ss.co.jp)

ブログ <http://blog.goo.ne.jp/miyacoojgeo>

Instagram [http://www.instagram.com/miyazaki\\_seisakusho](http://www.instagram.com/miyazaki_seisakusho)

