

# MIYACO MAIL

— NO. 114 2020年 冬号 —  
2021年

FROM 株式会社宮崎製作所  
〒959-1296 新潟県燕市小池4852-8  
TEL: 0256-64-2773

こんにちは。Miyacoです。みなさんお元気ですか？  
今回は、リクエストメールをいただいて調べたり、どうしても気になるものを作ってみました。よろしくおつきあいください♡

## おたより紹介

岡山県にお住まいの松ぼっくりさまからリクエストメールをいただきました♡  
どうもありがとうございます♪

☑️ お世話になっております。ジオ・プロダクトを愛用させて頂いており、季節ごとのミヤコメールも楽しく拝読しています。

色々な米料理が美味しくできるジオですが、皮パリチキンがどうしても上手くできません。よく熱して、皮から入れて中弱火にし、じっくり焼くのですが、皮がパリッとしません。くじけて表面がロエのフライパンを買いたくなりますが、ジオでできるはずと、あきらめられません。皮パリチキンの焼き方のコツを教えてくださいましたら、何卒よろしくお願ひいたします。

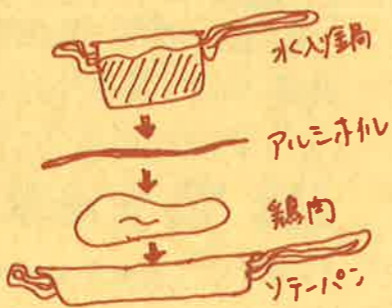
⑭ 松ぼっくりさまの皮パリチキンは、油で揚げるのではなく、焼く調理ということで、調べてみました。いくつかポイントがあるようです💡

🌸 鶏肉の厚さを均等にす

🌸 弱火でじっくり15分焼く

🌸 焼くときは、肉の上にアルミホイルを敷き、その上に水を入れた鍋を置き、重くして焼く

🌸 出てきた水分は蒸発させるように、アルミホイルの端の方を上に折って開けておく。  
これらをふまえて、次のように作ってみました☆



① 鶏もも肉 2枚の厚さを均等にして全体に塩をふりかける。

② ソテーパン 25cm (バター 10g を入中弱火にかける。

③ バターが溶けたら ① の肉を皮目を下にして入れ、その上にアルミホイルを敷き、その上に水を入れた 20cm の鍋を置き、重くして約 15 分火を走す。

④ 上の鍋を取り、肉を裏返し 2 分程焼く。

⑤ 肉を取り出し、こしょうをふり、食べやすい大きさに切り、皿に盛りつけ、レモン汁を好みでかける。

⑭ ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

⑭ ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

松ぼっくりさまはジオ・プロダクトの深型両手鍋 22cm に、水入りジオ 16cm を乗せて挑戦されたそうです。鍋に皮がくつくことはなかったそうですが、皮パリにはならなかったということ...。

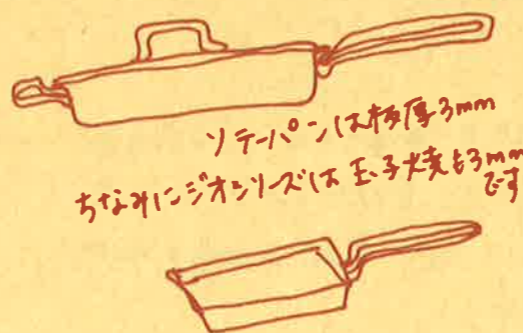
もう少しだけ長く加熱してみてもいいかがでしょうか。

また、ソテーパンではなく、鍋で焼かしてみたので、こちらもやってみました。

ソテーパンの板厚は 3.0mm、鍋は 2.4mm です。

この差は皮パリチキンに影響するのでしょうか...

結果、違いはありませんでした！ 恐らく、肉の上から水入り鍋を乗せるという特殊な焼き方だったからだと思います。普通に焼く調理や耐スリ玉の点では違いが出るかも知れません。



21cmのジオ・プロダクトソテーパンでちぎりパンを作ってみました！  
 「こねずにできる！フライパンでちぎりパン」という見だしが気になるテキストが手元にある、どうしても作ってみたいくなり挑戦しました！！  
 そのテキストでは直径20cmの厚手のフライパンを使っています。必ずソテーパンでもきつとできる！バッチリなのは分量だけですね

材料・12個分

- 強力米粉 150g
- 石臼粉糖 10g
- 塩 3g (= 小さじ 1/2)
- サラダ油 5g
- 水 95g
- ドライイースト 小さじ 1/2
- 打ち米粉(強力粉)

作り方

1 材料を混ぜる

ボウルに石臼粉糖、塩、サラダ油を入れて分量の水を加え、イーストを全1本にふり入れ、溶けるまで30秒ほどおく。ゴムベラをよく混ぜてから強力粉を一度加え、はじめは手を短く持つように混ぜるようによく混ぜてから、切るように混ぜる。



2 1.2~1.5倍にふくらむまで2時間ほど発酵

粉っぽさがなくなると生地がまとまったら、ボウルごとラップをかけて室温で2時間~2時間30分おき、1.2~1.5倍の大きさになるまで発酵させる。(一次発酵前半) 発酵時間は室温約25°Cの場合の目安。季節により調整を。


3 ガス抜きをしてさらに1時間ほど発酵

ゴムベラをボウルと生地間に差し込み、大きく混ぜてガスを抜く。再びラップをして室温に1時間~1時間30分おき、1.2~1.5倍の大きさになるまで発酵させる(一次発酵後半)

4 生地を12等分して丸める

打ち米粉をしたバットにとり出して少し広げ4等分してからそれぞれ3等分する。分割した生地の周囲を内側に数回折り込んでガスを抜く。きれいな面を外側にし手のひらにのせ、生地の立筋を中央に引き寄せて風船のようにつまんで丸くまとめる。


5 ソテーパンに並べて1エエの発酵

ソテーパン(=25x25cm)に切ったオーブンペーパーを敷き、を閉じ目をエにして並べる。同様に切ったオーブンペーパーをかぶせてふたをし、弱火で30秒ほど加熱して火を止める。そのまま30分ほど発酵させる。(二次発酵) ふくらみが悪い場合は、途中で再度30秒ほど加熱してもOK!

6 両面を焼く

生地がソテーパンの縁くらいまでふくらんだら、ふたをしたままごく弱火で15~20分焼く。1度火からおろし、皿をかぶせて上下を返す。オーブンペーパーごとソテーパンに戻し入れる。再びオーブンペーパーをかぶせてふたをし、さらに10分~15分焼く。焼き時間は合計約30分が目安。オーブンペーパーごと取り出して粗熱をとる。


🍷 たんこかわいい! いいパンでしょ? 100%生地のやからがさ、焼きたての香り、作ってみたいと中からないものですか? 基本のちぎりパン(もちろんおいしいのですが、バターやチーズ、ソーセージをのせたり、あんこを包んで焼くアレンジもたまります!!!)

時間がたっぷりあって、外には出かけたくないという日、パン作りは丁度いいのかも知れません  ちぎりパン♡

さて、こんなミヤコメルですが、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したら、下記の住所までおはがきにて、お名前・ご住所・お電話番号、を明記の上、右下すみの希望層を貼ってお送りください。FAXやメールでのお知らせでもOKです♡ ひとことご感想などを添えていただくと、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は、ミヤコメ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・提供等にはありません。

参考サイト: 家事ゼロう皮100レシピセンターの作り方  
 参考テキスト: 3分クッキング 2020年10月号

 株式会社 宮崎製作所 TEL: 0256-64-2793(代) FAX 0256-64-5728

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

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

Facebook <https://www.facebook.com/miyazakiseisakusho>

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