

Relax Time
For Your Heart.

ミヤコメール

Miyaco Mail

No.18 1996~1997
~冬号~

こんにちは、Miyacoです。みなさんお元気ですか。
この季節、クリスマス・お正月・バレンタインなどなど、お菓子やごちそうを
食べたりするのに忙しい時期ですね。そんなあなたにお役立ち。
予告通りパーティ料理を1品の1例ご紹介いたします。



持ち寄りパーティのすすめ

パーティは、お酒がなければさびしい、お菓子がなければ物足りないし、料理もちょっと豪華な方がいいなんて言っていると、とてもひとりで準備するのは大変です。
そこでおすすめは持ち寄りパーティ！テーマを決めて、今回のパーティはイタリアンなんてのもいいですが、テーマなしにあなたはお酒系、あなたはお菓子系、あなたはおはん系、うちでメインのおかずは用意するので、さあ集合よ！……なんてのも、どんな組み合わせになるか楽しみですよ。そんな何でもありのパーティ料理を1品の1例ご紹介いたします。

お菓子系のあなたへ パートI

お菓子は奥の深い分野だと常々思っておりますが、お菓子作りとなると、またものすごく深い分野になると思います。その第1歩としてパウンドケーキはいかがでしょうか。
では、これについて少しウチクを述べさせて下さい。
パウンドケーキ(Pound cake)とは英語の言い方で、広くはバターケーキと言うのだそうです。フランス語ではカトル・カール(quatre-quarts)と言います。
パウンドケーキというのは、バター、小麦粉、卵、砂糖を各1ポンドずつ使ってという意味。(1ポンドは約450グラム)また、カトル・カールのカトルは4つの、カールは4分の1という意味で4つの材料を同じ割合で合わせて作るお菓子、ということになります。このように配合の割合がそのままお菓子の名前となったのは、それだけこのお菓子が親しまれてきたからかもしれない。ちなみにこのお菓子、好みで4つの材料の基本分量を少し増減したり、ナッツ類やドライフルーツ、リキュールやブランデーなどで変化をつけることもできます。
よく耳にするフルーツケーキはヴィクトリア女王が紅茶を普及させるために考案したというケーキで、パウンドケーキにドライフルーツを刻んで焼き込んだものです。↑

混ぜるものによって名前が変わってしまいますが、基本は一緒、色々なバリエーションを楽しんで自分だけのケーキを作ってみてはいかがでしょうかでしょう。
ここでは、その基本のパウンドケーキの比較的簡単な作り方を紹介します。



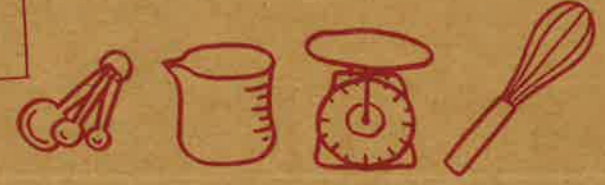
お菓子系のあなたへ パートII

パウンドケーキの材料

- (18cmのパウンド型2斤分、普通のオーブンなら2回1度に焼けます。)
- ・バター……225g
(お菓子作り用のマーガリンでもOK。軽い土上がりになります。)
 - ・砂糖……225g(かなり甘口になります。)
 - ・卵……4個
 - ・薄力粉……225g
 - ・ベーキングパウダー……小さじ3

下準備

- ・バターは室温に置いて柔らかくする。
- ・薄力粉とベーキングパウダーを混ぜてふるっておく。
- ・卵は器に溶きほぐす。
- ・型に薄くバターを塗り、薄力粉を薄くはたきつける。
(バターの包み紙で塗ると便利)
- ・オーブンを180℃に温めておく。



作り方

- ①ボールにバターを入れて木べら(または泡立て器)でクリーム状になるまで練り、砂糖を加え、白っぽくなるまでよく混ぜる。
- ②①に卵を少しずつ加えながら混ぜ合わせる。
- ③②に粉類を一気に加え、粉っぽさがなくなるまで七かきように混ぜる。
- ④③を2斤のパウンド型に分けて入れて表面をならし、中央をへこますようにして、オーブンの中段で40~50分焼く。竹串をさして生地がついてこなければ焼き上がり。
- ⑤粗熱がとれたら、型からはずして冷ます。

同じケーキが2個も焼き上がりましたので、1個はオレンジジュース、もう1個はブランデーをけけで塗ってしみ込ませます。ココアパウダーを上からふりかけても良いでしょう。
好みの味をどうぞ。
パウンドケーキは翌日の方がおいしいので、パーティの前日に作り、完全に冷めたらラップにびっちり包んで置いておきましょう。
生クリームを軽くホイップして添えるのもおいしいし、お茶はダージリンのストレートティがいいなと思ったら、一緒に持って行ってしまいましょう。
手作りのパウンドケーキにちょっとだけウチクを添えるとパーティの話は夏の日とつにもなります。
……もし残ってしまっても日もちがいいので大丈夫です。



▽ごはん系のあなたへ

ごはんものをアツアツで持って行くのは少し大変です。そこで冷めていておいしい海魚羊らしずしはいかがでしょう。

材料 (4~6人分)

- まぐろ(刺身用) 200g
- イクラ 80g
- 米 3カップ
- 酒 大さじ2
- 青じそ葉 20枚
- 合わせ酢 大さじ2
- 酢 1/2カップ

- いか(刺身用) 100g
- 甘えび(刺身用) 100g
- 昆布 5cm四方
- 白いりごま 大さじ2 1/2
- 貝割れ菜 1/2パック

- 塩 小さじ1
- 砂糖 大さじ1 1/2

作り方

- ①洗った米に分量の水、酒を入れて昆布をのせて炊飯器で普通に炊く。
- ②まぐろといかは1.5cm角に切る。甘えびは頭を取り、しっぽを残して皮をむく。
- ③貝割れ菜は根元を切り、長さを半分にする。青じそは縦半分に切って、せん切りにする。ボールに合わせ酢の材料を入れて混ぜる。
- ④ご飯が炊き上がったら昆布を取り出し、合わせ酢をまんべんなく回しかけ、しゃもじを立ててご飯を切るようにして混ぜ、乾いたふきんをかけて少し冷ます。
- ⑤④に白ごまと青じそを加え、しゃもじでまんべんなくさくりと混ぜ合わせる。
- ⑥器に⑤を盛り、まぐろ、いか、甘えび、イクラを彩りよくのせ、貝割れ菜を散らしてできあがり。

▽メインのおかず系のあなたへ

会場提供者のあなたが適役だと思いますので、簡単アツアツ&豪華に見える寄せ鍋はいかがでしょう。汁物も兼用できるから、なおのことうれしいですね。

寄せ鍋の具

- 鍋に向くのは白身魚、冬の日本海の海の幸をどんどん入るとどれからもおいしいタシが出ます。たとえば、タラ、ホウボウ、カワハギ、メバル、カギ、ハマグリなどなど、そろそろものだけ適当に入れます。
- 野菜もたっぷり入れましょう。白菜、春菊、長ねぎ、にんじん、椎茸、しめじ、きのこ茸などきのこも入ると味が出ます。
- この他に欠かせないのは、焼き豆腐。しょうゆベースの薄味にするとおいしいと思います。



▽お酒系のあなたへ

今まで紹介してきた料理に合うのは、やはり日本酒でしょうか。でもさっぱりした白ワインでも合いそうです。さらに乾杯用にシャンペンなど奮発してみるのもあもしろいかな？
話題作りにちょっと変わったお酒と定番ビールの組み合わせというのもよろしいかと思えます。たとえば、新潟には地酒はもちろん地のワインや地ビールまであるので、今日は新潟の酒でかためてみました(以下ウチクを述べる)……。やはり郷土のお酒はいいですよ。以上のようにかなり大ざっぱな分け方ですすめてきましたので、糸田かいところはたくさんフォローして下さい。もしこれを読んでよしパーティしようなんて気になったら、思いたったら吉日です。すぐにTELして連絡とりあい、楽しいパーティを作ってみて下さい。



▽お堅い話 — その15

何回かに渡り電子レンジについて語ってきましたが、今回はその最後になります。ちょっと変わった使い方で知らると便利かなというものをお話します。

- お湯を沸かさなくても湯せんができる。
バターは適当な大きさに切って、耐熱容器に入れてエレック。
パウンドケーキのように練りバターにしたい場合は、タイムのかけすぎにご用心。
チョコレートは小さく砕いてエレック。牛乳を入れてよく練れば、ケーキのチョコクリームになります。
- チーズケーキのクリームチーズは裏ごししなくても、小鉢に入れてサッとエレックすれば、なめらか柔らかになります。
- 固くなってしまったすだちやレモンでも、サッとエレックしてしぼると汁がたっぷり出ます。
- にんにくを薄波のついたままラップに包んで、ほんの短時間エレックすると、あーらふしきあのニオイが消えてしまいます。
小鉢ににんにくを入れ、バターを1片のせてラップをしてエレックすれば、酒のさかなにぴったりのがーリックリテーのできあがり。

さて今回のミヤコメールはいかがでしたでしょうか。次回の春号は「木桜」にまつわるお話をしたいと思います。また、こんなミヤコメールですが、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がきにてお知らせ下さい。その際、住所、氏名、電話番号をご記入の上、右下すみの希望券をはがきに貼ってお送り下さい。



from: 株式会社 宮崎製作所 ☎0256-64-2773(代)
〒959-12 新潟県燕市小池上通4852-8 (燕小池工業団地)