

Relax Time  
For Your Heart

ミヤコメール

# Miyaco Mail

NO.22 1997~1998 冬号



こんにちは Miyaco です。みなさん お元気ですか。  
 去年の冬号にはお菓子の第1歩としてパウンドケーキをご紹介しました。  
 今回は2歩目としてスポンジケーキに挑戦してみました。  
 それも大胆にも鍋で焼いてみたのです。そのできばえやいかに……

## ▼ 重カ機 ▼

1本の電話がきっかけでした。「Miyacoの鍋(ジオ)でスポンジケーキを焼いたら、こげてしまってうまく焼けませんでした。」正直なところ、とても焦りました。  
 やろう、やろうと思っていてできないでいたこと、「鍋で直接スポンジケーキを焼く」これをズバリ聞かれました。他社の鍋のクックブックには色々ケーキの焼き方などが書かれていますが、やはり実際にやってみないと詳しいコツなどがわかりません。そこで一大奮起、ジオでスポンジケーキを焼いてみました。

## ▼ 下準備 ▼

鍋で直接スポンジケーキを焼くことの利点は、何と云っても「ケーキ型とオーブンの機能を鍋ひとつでこなしてしまうこと」です。他社の鍋のクックブックを言ってみると、ケーキ型に生地を入れて焼いている方法もありましたが、それでは利点がひとつ減ってしまいますので、めざすはひとつ、生地を直接入れて焼くぞ——！  
 まず、鍋を選びます。スポンジケーキがどこまでふくらむかわかり少し不安だったので、GEO-21D(ジオプロダクト 深型両手鍋21cm)を選んでみました。この鍋の内側にバターを薄くまんべんなくぬります。(GEO-21Dは深さが20cm程ありますので、6分目位までぬってみました。) 次の方法は2通りあります。

その1. 小麦粉を軽くふるりかけておく

その2. 底だけパラフィン紙をしいておく

→ GEO-21D →



今回はできるだけ道具などを少なくしたかったので、その1を採用しました。さて次は米粉や砂糖を計って、米粉はふるりにかけ、卵は卵黄と卵白に分けて……誠にすみませんが、

今回は実験ということもありまして、この段階をかなり簡略化させて頂きました。

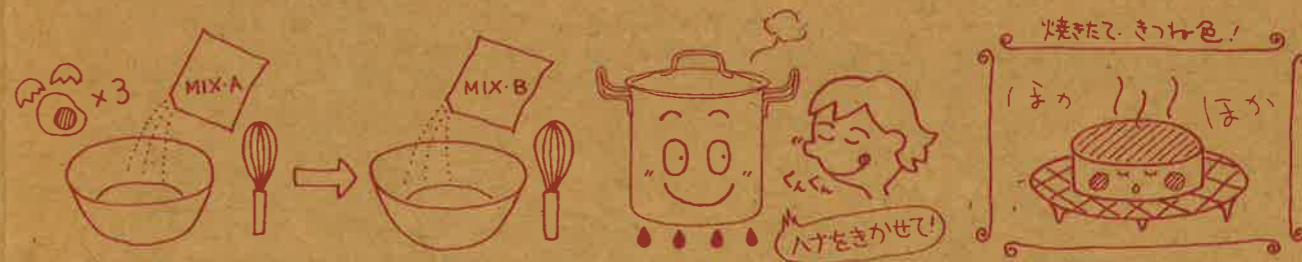
モントン・スポンジケーキセット(花王のもの)なるものを使ってみました。実はこのようにセットになっているもので作るのは初めてでしたので、これについてもドキドキものでした。ですが、作り方もとても丁寧に書かれていたので、みなさんも一度試されてはいかがでしょうか。おまけに「オーブン用です。電子レンジトースター等他の器具で調理しないで下さい。焦げてしまうことがあります。」とも書かれています。鍋はもちろん他の器具だと思いますが、そこをくじけずにチャレンジしてみます。

## ▼ 作り方 ▼

- ① ボールに全卵3ヶとミックスAを入れ、泡立てる。生地が白っぽく、もったりとして「の」の字を書いて数秒間消えずに残るまで泡立てる。  
(モントン・スポンジケーキセットは砂糖類のミックスAと粉類のミックスBとからなっていて、直径18cm 1ヶ分です。)
- ② ①にミックスBを加え、ダマが完全になくなり、なめらかになるまでよく混ぜる。
- ③ ②の生地を鍋に流し入れて、トントンと軽く鍋を落とすようにして空気を抜き、最小の弱火にかけて焼く。

この焼くのが最も重要な段階です。火加減は、こげては困るので、できる限りの弱火にしてみました。焼く時間も重要です。モントンの作り方には160℃のオーブンの中段が下段で約40分とありますが、鍋には通用しません。また、ジオはガラス蓋ではないので、焼けたかどうかは鼻に神経を集中させて、甘くていいにおいがしてきたところで、蓋を取って竹ぐしをさしてみました。

竹ぐしには何もついてきません。(生焼けだと生地がついてきます。) 25分で焼きあがりました。火を止めて熱いうちに鍋の上に鍋を伏せ、ゴトゴトゆするときれいに抜け出てきました。なんとうれしい瞬間でしょう。きれいなきつね色に焼けたスポンジケーキが網の上でホカホカしています。



## ▼ 気付いた事 ▼

- ① Miyacoにあるガスコンロは回転式(?)… 回して火加減を調節できるので、ほたる火 = できる限りの弱火も可能ですが、今はスライド式(?)… のガスコンロも多いようです。もっと弱火にしたいのにできないこともあるかも知れません。そんなときは魚焼きの鍋の上に鍋を置いてみるのも一案かと思えます。

② ジオは取手やツマミもステンレス製なので、熱くなるのではと思っていたら、あらぶしぎ素手で充分持てました。ですが、これはGEO-2IDを使ったので、取手やツマミは火から遠かったこと、ほたる火で25分の加熱なので、エネルギー量そのものが少なかったことなどが作用しているからかも知れません。少ない熱量で均一温度に保てるという特性を十分に生かした調理でもあります。

③ 焼いている間は\*ウォーターシール効果が働いているためか、ほとんど蒸気は出ませんでした。これはきっと味にも出てくることでしょう。

\*ウォーターシール効果とは = 鍋の本体と蓋が密着する精巧な造りになっていて、蓋が適度な重さで、蒸気穴が開いていないと、本体と蓋の間に調理中に出た水蒸気が溜まって膜を作り、鍋の内部を密閉状態に保ちます。

余分な水分や油分を使わず、定温・定圧に近い状態で調理できるため、ビタミン・ミネラルなどの損失が少なく、栄養に富んだおいしい料理ができます。



## 感想

一番気になるスポンジケーキのできばえですが、しっとりとした甘さひかえめの上品なお味でした。(モントンのセットはおいしいですよ)

正直言って、鍋でこんなにうまく焼けるとは思いませんでした。もっとこげたり、鍋からはずれにくかったりするだろうと覚悟していたのに、意表をつかんだ感じです。次はGEO-18N(ジオプロダクト片手鍋18cm)やOJ-4(オブジェリーペン18cm)などでも実験してみたいと思います。もしかすると、火加減や時間さえ注意すればどんな鍋でも焼けるかも知れない、なんて思っている今日このごろです。

## 一国の命運をかけたスポンジケーキ

時は1348年、フランス東部、サヴォワ地方でのこと。当時この地方はサヴォワ伯爵が領有し、小さいながらも自治国でした。その城に、のちの神聖ローマ帝国皇帝カール4世が訪れました。神聖ローマ帝国といえど一太勢力を誇る強大国。当主サヴォワ伯は弱冠14歳。城をおげでの歓待です。大宴会が開かれ、やがてデザート。と、そのとき、高らかに響くラッパの音とともに、よろいに身を固めた1人の騎士が馬にまたがり巨大なケーキをかかけ、堂々の入場。そのお菓子はお見れば、城と領地をかたどり、王冠を飾ったスポンジケーキ。このお菓子、サヴォワ伯の爵位と領地を献上する意味がこめてあったのです。演出は功を奏し、サヴォワ伯は帝国の要職を得、ついに上



北イタリアを支配するまでになったということです。この山高に焼いたスポンジケーキは、今では Biscuit de Savoie と呼ばれ、フランスの人々に親しまれています。(食卓のエスプリフランス料理の本⑤デザートより)

## ケーキの敗因


今やケーキはものすごくきれいで、繊細で、まるで宝石のようにキラキラしてお店に並んでいます。プロのシェフによって丹精に作られた逸品はおいしくてあたりまえのような気持ちで食べてしまいます。ですが、一度でも自分でケーキを作ったことのある人ならば、逸品のおいしさを作りあげることが、どんなに大変かわかるのではないのでしょうか。全くふくらまなくてゴムのようなスポンジケーキを作ってしまったことがあります。筆者が中学生の頃初めて作ったものでした。泡立てが足りない上に粉を混ぜるときに練りすぎたのが敗因のようでした。このように原因の見当がつくこともありませんが、わからないときもあります。人は弱いもので、その原因を自分のどこかに探そうとするよりも、他の要因に探したからてしまいます。

ケーキがこげてしまうことも、火が強かったのではないか、焼く時間が長かったのではないか、粉をふりかけ忘れたり、底に紙をしき忘れたりと色々の要因が考えられます。ですが、鍋がケーキ用に向かないのではないかと、その鍋専用のケーキの作り方レシピがないからという方向に考えてしまう方もいらっしゃるようです。それも考えられますが、お菓子作りはとて奥の深い分野ですので、色々と勉強しながら作らないとおいしくならないような気がします。ゴムのようなケーキを素材の味は生きてるよなんて言いながら全部残さず食べてくれた筆者の家族のために、なんとかふくらしたケーキを焼こうと何度かチャレンジしていたことをふと思い出しました。



さて、今回のミヤコメールはいかがでしたでしょうか。鍋でケーキを焼いただけで、こんなに長々と書きまして、お菓子作りに興味のない方には全くたいくつなミヤコメールだったかも知れません。(どうもすみません)

ですが、今回はMiyacoとしては得るものがとてもたくさんありましたので、“お堅い話”コーナーまでお休みしてざっしり書かせて頂きました。ご了承ください。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見貼ってお送り下さい。

from:  株式会社 宮崎製作所 ☎0256-64-2773(代)  
〒959-1276 新潟県燕市小池上通り4852-8(燕小池工業団地)

M  
希望②