

Relax Time
For Your Heart.

ミヤコメール

Miyaco Mail

No. 62 2007~2008 冬号

こんにちは、Miyacoです。みなさんお元気ですか。

今回は、寒い冬でもこれさえあれば「ホカホカまちがいなしのものに」

チャレンジしました。はりきってご紹介したいと思います。

「十得鍋で焼き芋」

「十得鍋で焼き芋やったよ!」と近くの会社の営業の方が教えてくれました。「えー、こげませんでしたか? 鍋は変色はせませんでしたか?」とは驚いた私の言葉です。「こげないし、変色もしないで、よいしかったよ」このお言葉に勇気づけられ、私もいざ「焼き芋」です。

私が普段家で使っているのは、オブジエとジオプロダクトです。熱源はガスコンロ。

心配なのは芋のこげつきと鍋の変色。特にオブジエはMiyacoの中でも薄くて、普通の鍋です。うまくできるわけがないのでは...

下手をすれば鍋が変形するんじゃないかと最悪の事態まで想定しながら、それでも、あえて、実験開始です。

さつまいもを、洗って5cm位の長さにセカリ、3切れを20cmのオブジエ鍋に入れ、蓋をして極弱火にかけます。

心配なので約10分おきに中の様子をうかがい、さつまいもの焼き面をかえながら焼くこと35分。できました! 中まで火の通ったホッカホカの焼き芋です。

皮にはおいしいような焼きめができたただけで、こげつきはありません。鍋にはさつまいもから出た米粉がかつみこげをつけていますが、焼けによる変色は見られません。普通の

鍋オブジエでもできるんだ!!!



十得鍋で



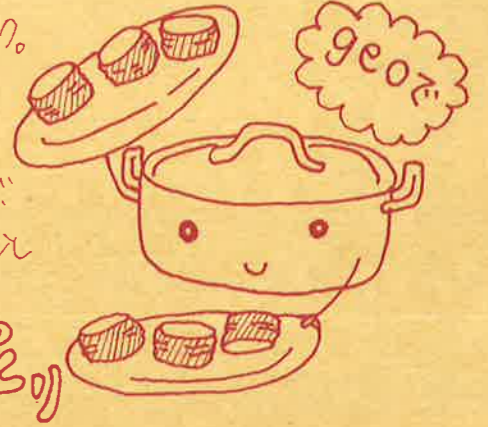
様子を見つ
35分後...



ホカホカ

さて、次はジオプロダクトの番です。オブジエにできるジオにできないわけはないはずですが、同じように20cmのジオ鍋に5cm位に切ったさつまいも3切れを入れ、蓋をして極弱火。約10分おきに様子をうかがいながら、オブジエと同じ35分でチェック。こちらもおほぼ同様に焼きあがりました。焼けめやこげのつき方も似ています。

気になる味の方ですが、同じさつまいもをセカリかけたので、両方とも同じ味です。しいてあげれば、ジオの方がほんの少しこげめが少なく、しっとりしているような気がしました。



実は...

使ったガスコンロは3口のもので、そのうちの1個に天ぷら油過熱防止機能がついていて、始めそこで焼いてみたら「ヒューッ」といってセカれてしまいました。この機能は鍋底の温度が約250℃に達したら自動的にセカれるしくみです。つまり、空炊きに近い焼き芋調理は、鍋底の温度が250℃位まで上がってしまうものなのです。鍋にとっては大変コリなことです。今回の実験は焼いてみないと意味がありませんので、天ぷら油過熱防止機能のないところでやってみました。

次に、オブジエにもジオにも少しだけこげがついてしまいました。こげをつけたままでは次の料理ができません。できるだけ楽に落としたいので、鍋が冷めたら水をはって置いておきました。熱いうちに冷水を入れると急冷になって、ジュツとはじけたり、鍋が変形することもあります。必ず冷めてから水を入れてください。しばらくしてから水をぬき、食器用洗剤でこすり洗いをして、きれいに落ちました。もっとひどく落ちない場合は、その鍋でお湯を沸かし、あけてからクレンザーでみがくとOKです。スポンジ裏についている硬くてザラザラした部分を使って愛情こめて力強くみがきましょう。キズのことには心配いりません。



変色と変形

ステンレスが高温になると変色するのは化学変化です。変色した色は「テンパーカラー」とよばれるもので、温度によって色が変化します。

水の沸点は100℃ですから水が入ってはいればその部分が変色することはありませんが、空炊き、火焚いたり火止めなどの調理では高温になって変色することが考えられます。ですがこの変色は表面のみで、害などはなく、そのまま使えます。さらに、みがければ元の色にもどります。ほとんどの金属は温度が上昇すると、熱膨張を起こします。これも化学変化です。鍋底の板が熱膨張を起こすと、板が伸び、伸びた分は外側にふくらんだり、内側に盛りあがりします。あらかじめ卵の熱膨張を吸り取ることができる形にできてありますが、それを超えて伸びてしまったときに変形という形で現れます。

テンパーカラーも熱膨張も金属特性です。高温になったために現れた反応です。どちらも害などはありませんので安心してご使用いただけます。これらを理解した上でご使用いただければ、少し色が変わっても、鍋底の形が変わってきても、原因と結果のわかっている化学変化ですので驚かなくてすみますね。

加熱温度とテンパーカラー

色	温度
薄黄色	約290℃
褐色	約340℃
紫色	約390℃
すみれ色	約450℃
濃青色	約530℃
淡青色	約600℃



焼き芋の始まり

熱帯アフリカ原産とされるサツマイモが我が国に入ったのは江戸時代の初め頃でした。まず琉球に入り、そこから九州各地に伝えられ、少しづつ北上を続け、江戸時代の中頃からは関東でも作られるようになりました。関東でのサツマイモ作りが盛になると、蒸し芋を売る店が現れましたが、それほどではなく、焼き芋はそれとは対象的に大評判になりました。かくて香ばしい焼き芋は江戸子の好みにひたりだたのでしょう。たちまち冬のおやつといえど焼き芋になりました。(No.55「おやつはいっから?」で、おやつの始まりについてはおぼれてますね。)



江戸では治安維持のため、たいいていの町には入り口と出口に木戸がありました。木戸のそばには木戸番屋があり、「番太郎」と呼ばれた木戸番がいました。番太郎の仕事は木戸を朝開け、夜閉めることと、火の番でした。町から手当が出ていましたが内職として木戸番屋で雑貨や駄菓子などの販売を許されていました。そこは今のコンビニのようなところになって、「番番屋」(鞋ないばや)と呼ばれてました。それだけに焼き芋が美味しいとなつたとき、番太郎たちがわれもわれも手を出して、大ヒットおやつとなったそうです。値段がとても安かったのも受けたようですね。

焼き芋のポイント

- 芋の周囲から200℃~250℃の温度で加熱する。
- 焼く時間は30分~60分じっくりと時間をかける。
- 芋の内部温度が90℃を越えないと生焼けになるが、甘味の糖分が増える温度域65℃~75℃を長くすること。
- サツマイモのビタミンCは加熱による損失が少なく、食物繊維が豊富なため焼き芋は健康食品である。



MiyacoMail・掲示板 No.62 2007~2008 冬号

鍋のことはやり心配して、今までおいしい自家製、焼き芋を食べられないうでいました。残念なことです。何回かチャレンジするうちには変色することもあるかも知れませんが、金属は道具ですから、おいしいものために活用したいと思います。

さて、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おります。もしも続けて読んでみたいという方がいらしゃいましたら、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、右下すみの希望券を貼ってお送りください。FAXやEメールでもお知らせでもOKです。ひとこと感想などを添えていただくととてもうれしいです。一度お知らせいただければ、無料で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、ミヤコメール等の発送のみに利用し、お客様本人の同意なしに第三者へ開示、提供することはありません。

参考HP: 日本いも類研究会、焼き芋100科
<http://www.jrt.gr.jp/index.html>

from: Miyaco 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

- ホームページアドレス
- Eメールアドレス
- ブログアドレス

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

<http://objet.blog.ocn.ne.jp/miyaco>