



フランス語でフォレは森、ノワールは黒いという意味

## フォレ・ノワール (ココアスポンジ)

### ■まず初めにやること

- ・ B を混ぜ合わせて 2 回ふるう
- ・ バターを湯煎で温め、溶かしておく
- ・ オープンを 190℃ に予熱する。



材 料

15 cm 1台分

### ■ココアのスポンジ生地

A	卵	2 個
	グラニュー糖	60 g
B	薄力粉	45 g
	ココア	10 g
	バター	20 g

作り方

所要時間 120分

### ■ココアのスポンジ生地を作ります。

① ボウルに A を合わせ、湯煎にかけながら、ハンドミキサーで泡立てる。

\* 生地をさわって、40度位になれば湯煎から外す

①の写真のように、生地で文字が書ける固さになるまで、泡立てる。

最後にミキサーの速度を低速にし、1分ほど混ぜ粗い気泡をなくす。



② ①にふるった粉類 B を加え、ゴムベラでボウルの底からすくい上げるように優しく混ぜる。

②の写真の状態になれば、溶かしたバターを加えて底からすくい上げるように混ぜ合わせる。

\* 生地につやが出るまで、混ぜ合わせる。

焼いたとき、混ぜ不足の場合は生地が陥没します。

また、混ぜれば混ぜるほど、生地がしぼんで膨らみがわるくなります。



③ ②を型に流し、2~3回台に軽く打ち付けて粗い気泡を抜く。

170℃のオーブンで約23~25分焼く。

\* 竹串を刺して何もついてこなければOK!

焼けたらすぐに型からはずして、網にのせて冷ます



## フォレ・ノワール (仕上げ)

### ■まず初めにやること

- ・チェリーは半分に切り、キッチンペーパーで水気をしっかり切る。

memo

### 材 料

15cm 1台分

#### ■チョコホイップ

生クリーム	300cc
ココア	15g
グラニュー糖	30g

#### ■仕上げ用

チェリー	8粒
------	----

#### ■ケーキ用シロップ

チェリー缶のシロップ	40cc
キルシュ (お好みで)	小さじ1

### 作り方

所要時間 120分

#### ■チョコホイップクリームを作ります

- ① ボウルに生クリーム・ココア・砂糖を入れる。  
ハンドミキサーで、8割だてに泡立てる。

\* 8割だて\* 泡立て器ですくったクリームが、やわらかいツノが立つ状態  
(注意!) ココアが入る場合、一気に固くなりやすいです。



#### ■仕上げます

- ② スポンジを半分の厚みにスライスする。  
どちらも片面にシロップをたっぷり塗る。
- ③ 回転台にシロップを塗った面を上にして、スポンジを1枚のせる。  
チョコホイップを塗りチェリーを並べる。もう1枚のスポンジを乗せる。
- ③ 上面と側面に生クリームを薄く下塗りする。  
全体に薄く下塗り出来たら、次は厚く塗る。  
残りのクリームを絞り袋に入れ、絞り出して  
ピーラーなどで削ったチョコ・チェリーを飾る。

