

ふわふわシフォン

■まず初めにやること

- ・ボール&泡立て器をきれいにする。
- ※油・水が付いていたらしっかり泡立たない！
- ・卵黄と卵白を分け、卵白は使う直前まで冷やす。
- ※卵白を冷やした方が、メレンゲの泡が壊れにくい
- ・薄力粉はふるっておく。
- ・オーブンを200℃に予熱。



材料 17cm 1台分

■卵黄生地

A	卵黄	3個分
	サラダ油	35g
	湯(40℃くらい)	45g
	薄力粉	70g
	グラニュー糖	10g

■メレンゲ

卵白	4個分
グラニュー糖	70g

作り方 所要時間60分

■卵黄生地を作ります。

- ① ボールにAを入れ、泡立て器でよく混ぜて乳化させる。
- ② しっかりまざればふるった薄力粉を加え、粘りが出るまで一方向にぐるぐる混ぜる。生地に粘りが出てきたら、グラニュー糖を混ぜ合わせる。

■メレンゲを作ります。

- ③ 冷蔵庫で冷やした卵白をボールに入れて、ハンドミキサーでしっかりと泡立てる。柔らかいツノが立ったら、グラニュー糖の1/3位を加え、さらに泡立てる。残りのグラニュー糖の半量を加えてさらに泡立て、残りのグラニュー糖を加えてさらに泡立て、**なめらかなメレンゲを作る。**

■卵黄生地とメレンゲを合わせます。

- ④ 卵黄の生地に③のメレンゲ約1/3を加え、泡立て器で混ぜる。完全に混ざったら残りのメレンゲを加え、白い筋が見えなくなるまでゴムベラで切るように混ぜる。

※混ぜ過ぎると膨らまなくなります。※混ぜ足りないと中に空洞が出来ます。

- ⑤ ④を型に流し、2~3回台に軽く打ち付けて荒い気泡を抜き、180℃のオーブンで30分ぐらい焼く。

*焼きあがったらすぐオーブンから出し、逆さまにして瓶などに出し、熱が冷めるまで置いておく。

1



2



3



memo

アングレースソース & シフォンレシピ

材 料

■ アングレースソース

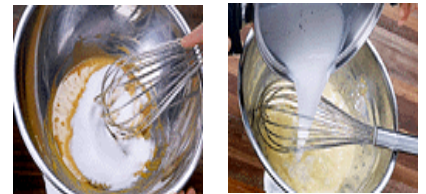
B	卵黄	1 個
	グラニュー糖	20 g
	牛乳	90 cc

作 り 方

所要時間 5 分

■ アングレースソースを作ります

① 小鍋に卵黄とグラニュー糖を入れ、泡立て器で白っぽくなるまで、よく混ぜ合わせる。



② 牛乳も鍋に入れ、弱火で常によくかき混ぜながら加熱する。少しとろみが出れば火を止める。

*** 沸騰させると卵が固まります。**



■ チョコシフォン (17cm)

< 卵黄生地 >

A	卵黄	3 個
	サラダ油	10 g
	牛乳 (40℃)	50 g
	チョコ (溶かす)	70 g
	薄力粉	50 g
	ココア	15 g

< メレンゲ >

卵白	4 個
グラニュー糖	70 g

*** 焼き時間 180℃ 40分位**

■ 基本のシフォンケーキ (17cm)

< 卵黄生地 >

A	卵黄	3 個分
	サラダ油	35 g
	湯 (40℃)	35 g
	薄力粉	60 g
	グラニュー糖	10 g

< メレンゲ >

卵白	3 個分
グラニュー糖	50 g

*** 焼き時間 180℃ 30分位**