

平成 29 年度 栄養士会三条支部第 1 回全体研修会及び会員交流会

開催日時 平成 29 年 6 月 6 日
会場 ソレイユ三条
講師 ル・パティシエ・マルコ店長 関 勉 様
内容 調理実習 メニュー：スポンジケーキ フルーツゼリー
参加者 33 名

<レシピ>

スポンジケーキ

材料（直径 18cm）

卵 4 個

砂糖 100g

小麦粉 70g

バター 10g

ミルク 10

作り方

1. 卵を卵黄と卵白に分ける。
2. 卵白を白っぽくなるまで泡立て、途中 4 回に分けて砂糖を入れながら泡立てる。
3. 卵白が十分に泡立ったら、最後に卵黄を混ぜる。
4. ふるった小麦粉をコシを出しながら混ぜる
5. 温めたバターとミルクを入れ、型に流して焼く。目安は 160℃のオーブンで 40 分。オーブンによって設定温度や時間が変わる。

フルーツゼリー

材料

アガー 37.5g

砂糖 200g

水 500 cc

ジュース 500 cc

レモン汁 10 cc

作り方

1. 鍋にアガー、砂糖、水を入れて混ぜ、80℃まで温める。
2. ジュースを 80℃まで温める
3. 1 と 2、レモン汁を混ぜ、容器に流して固める

単純なようで難しいスポンジケーキの作り方のコツをプロのパティシエから教えていただいた。ロールケーキの巻き方や、デコレーションなどのプロの技術を間近で見ることができ、参加者からも、「ポイントを押さえてありわかりやすかった」「貴重な体験だった」との声があった。また、「会員同士意見交換等もしやすく楽しかった」などの意見もあり、年代や職域を超えて気軽に話し合い、顔の見える関係を作る良い機会になったと考える。