ZUSHI KAISEI COOKING
男子校ごはん

スポンジケーキ

【デコレーション材料は各班で用意。班員で割り勘。】

材料 25cm×25cm 鉄板２枚分　半量で、１ホールのケーキ分

生地

- 卵（MS サイズ）…… 10 個
- 砂糖 …… 180 g
- 薄力粉 …… 180 g
- サラダ油 …… 60 ml
- バニラエッセンス …… 少量

デコレーション

- 生クリーム …… ２箱（１箱 200ml）

☆１箱につき、
砂糖約大さじ２～３加え泡立てる。

つくりかた

～スポンジケーキ～

① 薄力粉はふるい、砂糖はダマをつぶしておく。
② ボールに卵を割り、泡立て器で泡立てる。このとき、砂糖を少しずつ加える。
③ ②のボールに薄力粉・サラダ油・バニラエッセンスを加え、ゴムベラでさっと混ぜる。
④ 紙をひいた鉄板に生地を流し、オーブンで２０～２５分焼く。
⑤ 焼きあがったら、鉄板からすぐに取り、網の上などで冷ます。

（出来立ての生地より、１日たった生地のほうがおいしいので、家庭では前日に作ると良い。）

～スポンジケーキ（電動ミキサーがない人用）～

砂糖の量
2/3（60g）…卵黄
1/3（30g）…卵白

- 卵黄は泡立てながら少しずつ砂糖を入れマヨネーズ色（クリーム状）になるまで泡立てる。
- 卵白はメレンゲ状になってから少しずつ砂糖を入れる。一度に入れると泡が消えるので注意。
- 卵黄、卵白が泡立ったら卵黄＋砂糖のボールに卵白＋砂糖を入れ、泡立て器でさっと合わせる。
- そこに薄力粉、油を入れゴムベラでさっと混ぜ、型に流して焼く。

～デコレーション～

- 生地に抹茶やココア、紅茶などを入れても良い。
- 果物（いちご／バナナ３本まで／キウイフルーツ２～３個／りんご１～２個など）
- フルーツ缶は３缶まで。
- ジャム（小さめの瓶）１瓶。
- 削ったチョコレート

～生クリーム応用～

＜生クリームとマロンクリーム＞ 生クリームを５分立てし、マロンクリームを加え、さらに泡立てる。
＜生クリームとあずき＞ あずきの缶詰や生クリームを混ぜて泡だてたり、あずきとクリームを別々に二層にぬる。