

【プレーンシフォンケーキ】 底 15 cm上 17 cm高さ 8 cmアルミ型 1 台分

〈材料〉

- ・卵黄・・・L玉3個
 - ・太白ごま油・・・36g
 - ・水・・・36g~(要調整)
- } ☆①
- ・薄力粉・・・68g ☆②



-メレンゲ-

- ・卵白・・・L玉3個分
 - ・塩・・・ひとつまみ
- } ☆③
- ・砂糖・・・60g
 - ・片栗粉・・・5g
- } ☆④



【下準備】

- ・ ☆①の材料はひとつのボウルに入れておく。 ☆①
- ・ 薄力粉はふるってボウルに入れておく。 ☆②
- ・ 卵白は塩ひとつまみを加え冷蔵庫でしっかり冷やしておく。 ☆③
(夏場は冷凍庫で半凍りくらいにしておくといいです)
- ・ 砂糖と片栗粉は合わせてよく馴染ませておく。 ☆④

〈作り方〉

1、 ☆①の材料をよく混ぜ合わせたら、 ☆②のボウルに8割ほど加えてダマができないよう、しっかり混ぜ合わせる。(A)①~④



(A)①



②ここでは8割量くらい加えます



③



④しっかり混ぜる



⑤

2、1に残りの☆①を加えたら、よく混ぜ合わせる。(B)①~⑤

(混ぜ上がりが写真(B) ③④くらいの硬さになるよう、必要であれば水分を足します。)



(B)①



②



③



④



⑤

乾燥防止の濡れ布巾をかける

↑↑このくらいの生地の状態が良いです↑↑

3、メレンゲ立てていきます。冷やしておいた☆③をハンドミキサー高速でほぐす。(C)①②

4、メレンゲがほぐれたら☆④の1/3量を加えトロツとするまで高速で立てる。③~⑤



(C)①



② ほぐした卵白



③



④



⑤ 1回目の砂糖で立てたあと

5、次の1/3量の☆④を加え柔らかい角が立つまで高速で立てる。(D)①~③



(D)①



②



③ 2回目の砂糖で立てたあと

6、残りの☆④を加えたら、ここからは砂糖を溶かすように中低速で混ぜる。(E)①~④



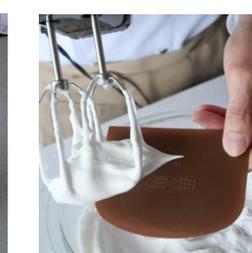
(E)①



② ここでは砂糖をしっかりと溶かしていきます



③ 砂糖がしっかりと溶けるとメレンゲがツヤっとします



④

7、砂糖が溶けたら再び高速にして短いツノが立つまで立て、仕上げに低速で10秒ほど混ぜて滑らかなメレンゲに整える。(F)①~③



(F)① 砂糖が溶けたら
高速で立てていく ②

③ 立て終わりの
メレンゲ

8、出来たメレンゲを綺麗なゴムベラで混ぜてなめらかにしたら、2までで作った卵黄生地にメレンゲをゴムベラひとつくい分ほど加え、軽く混ぜ合わせる。(G)①~③



(G)①

②

③ ここで卵黄生地を
軽くしてあげます

9、残りのメレンゲに7を加えたら、下から生地を返すように混ぜ合わせる。(H)①~⑤



(H)①

② 下から返すように ③

④

⑤ 混ぜ終わりの生地。
もったり感があります

10、生地を型に移しお箸や竹串で10回ほどグルグルと混ぜたら、仕上げに生地を型の側面と筒の部分に添わせる。(I)①~⑤



(I)①

②

③

④

⑤

11、180°Cのオーブンで12分、その後170°Cに下げて11分程焼く。(時間と温度は目安)

(J)①~③



(J)① 180°Cで
5分経過



② 170°Cに下げて
5分経過



③ 170°Cに下げて
10分経過

15、焼き上がったら軽く型を落とし蒸気抜きをしたら、逆さにして冷まして完成☆ (K)①~③



(K)①



②



③

【型外し】

型外しはしっかり冷やしてから行いましょう！冷凍庫で冷やしても大丈夫です。



☆刃先は常に型の方へ
向いています



☆この時も刃先は型の方へ
向いています

