

野田鎌田学園高等専修学校  
DVD ガイドブック

# 映像で学ぶ 調理の基本

4



第4巻 スイーツの基本



## 基本調理について



学校法人野田鎌田学園

野田鎌田学園高等専修学校

調理師・製菓衛生師・日本花文化協会花マイスター

山下亜佐子

第4巻では、授業で作っている焼き菓子を紹介します。あわせてスイーツ作りに使う調理器具の使い方、クリームの作り方と絞り方も紹介していきます。

うまくできるようになると、今回紹介する3つのお菓子もきれいに美味しく作れます。一緒にスイーツ作りに挑戦していきましょう。



## スイーツの調理器具



スイーツ調理に必要な器具は、計る道具、ふるう道具、まぜる道具があります。スイーツ作りは化学です。正確に分量や時間を計らないと、美味しいスイーツはできません。

- ・計る：重さを計る「はかり」、量を計る「計量カップ」、「計量スプーン」、時間を計る「キッチンタイマー」。
- ・ふるう：「粉ふるい」ストレーナーとも言う。
- ・まぜる：「ボウル」「泡立て器」「ハンドミキサー」「ヘラ」。





## スイーツの基本技術

### 1. クリームの泡立て方



スイーツ作りに欠かせない基本技術の学習します。

#### ・クリームの泡だて方

- ①生クリーム 200g とグラニュー糖 20g、キルシュ、氷の入ったボウルを用意する。
- ②生クリームをボウルに入れ、氷で冷やしながらかいてる（冷やすことで生クリームの分離を防ぐことができる）。
- ③少し泡立ったところでグラニュー糖を入れる。
- ④少しとろみがついてきたらキルシュを入れる。



## スイーツの基本技術

### 1. クリームの泡立て方



泡だての状態は、すくい上げたときにゆっくり落ちるくらいが7分立て。泡立て器にクリームが残るくらいが8分立て。泡立て器にクリームがくっついて落ちないくらいを10分立てという。



## スイーツの基本技術

### 2. クリームの絞り方

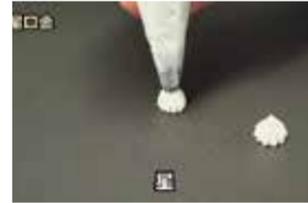


クリームの絞り方を学習します。  
 8分立ての生クリームを用意し、絞り袋の口金をしっかりつけてください。絞り袋を裏返して生クリームを入れ、クリームの中の空気をしっかり抜きます。  
 上部をねじって、利き手でしっかり持ち、反対の手は先端部に添えます。口金によって、絞り方やできあがりの形が違います。



## スイーツの基本技術

### 2. クリームの絞り方



#### ・星口金

“ローズ”は絞り袋を垂直に持ち、の字を描くイメージ。

“星”は絞り袋を垂直に持ち、スッと力を抜く上げる。

“シェル”は絞り袋を少し斜めにし、重ねながら連続して絞る。



#### ・丸口金

“しずく”は絞り袋を垂直に持ち、の字を描くイメージ。

“ハート”は絞り始めは絞り袋を少し浮かせ、手前を傾けて力を抜く。

“スパイラル”は絞り袋を傾け、螺旋を描くように回転させる。





## スイーツの基本調理

### 1. スポンジケーキ



ベーシックなスイーツであるスポンジケーキ（直径18cmの丸型）の作り方を学習します。

- ・材料：卵3個分程度（160g）、グラニュー糖80g、薄力粉80g、グレープシードオイル16g、牛乳16g



## スイーツの基本調理

### 1. スポンジケーキ



#### ●下準備

- ①薄力粉をふるう。
- ②ボウルにグレープシードオイルと牛乳を合わせる。
- ③型にシートを敷く。
- ④オーブンは180度で予熱する。

#### ●作り方

- ①ボウルに卵を割り、ホイッパーでよく溶いたら、グラニュー糖を加えてまぜ、湯煎にかけ、人肌まで温める
- ②グレープシードオイルと牛乳を湯煎にかける。
- ③ハンドミキサーでしっかり混ぜ、色が白っぽくなり、生地をすくってもすぐに落ちなくなるまでよく混ぜる。
- ④ハンドミキサーを低速にして30秒ほど混ぜ、泡のキメを整える。
- ⑤薄力粉を2回に分けて入れ、木べらで切るように粉が見えなくなるまで丁寧に混ぜる。
- ⑥グレープシードオイルと牛乳を混ぜて乳化したら、木べらに伝わらせて加えまぜる。
- ⑦生地を木べらですくってサラサラ落ちる状態になったら、型に流し入れ、2,3回トントンと上から下へ軽く落とし、気泡をなくす。
- ⑧オーブンで綺麗な焼き色がつくまで30分程度焼き、粗熱が取れたら型からはずしてでき上がり。



## スイーツの基本調理

### 2. スノーボールクッキー



スノーボールクッキーをつくり  
ます。抹茶味やチョコレート味な  
ど様々なアレンジが可能です。

・材料

薄力粉 75g、強力粉 75g、粉糖  
35g、無塩バター 110g、くる  
み 50g、粉糖適量



## スイーツの基本調理

### 2. スノーボールクッキー



#### ●下準備

- ①くるみをフライパンで煎る。
- ②バターは室温に戻す。
- ③薄力粉と強力粉は合わせてふるう。
- ④オーブンは170度で予熱する。

#### ●作り方



- ①ボウルにバターを入れ、ホイッパーでクリー  
ム状になるまで混ぜる。
- ②粉糖と塩を加えて混ぜる。
- ③ふるった粉を2回に分けて加え、粉っぽさ  
がなくなるまで混ぜる。
- ④くるみを入れ、さっくりと混ぜ込み、生地  
をひとつにまとめ、ラップをして冷蔵庫で1  
時間寝かせる。



- ⑤冷蔵庫から取り出し、生地を棒状に伸ばし、  
2cmほど(約10g)の大きさに切って丸める。
- ⑥天板にクッキングシートを敷き、丸めた生  
地を間隔をあけて並べ、オーブンで焼き色  
がつくまで15～20分程度焼く。
- ⑦焼き上がったら、天板からはずし、冷めて  
から粉糖をまぶしてできあがり。



## スイーツの基本調理

### 3. マドレーヌ



オリジナルマドレーヌの作り方を学習します。

#### ・材料 (5個分)

薄力粉 80g、卵 120g、レモン汁 5g、レモンの皮のすりおろし 1/6 個分、ラム酒 5g、コンスターチ 5g、グラニュー糖 70g、有塩バター 40g、無塩バター 40g、



## スイーツの基本調理

### 3. マドレーヌ



#### ●下準備

①ボウルに卵とグラニュー糖を混ぜて湯煎し、人肌まで温める。②バターは湯煎して溶かす。③薄力粉とコンスターチを合わせてふるう。④ボウルにレモンの皮、レモン汁、ラム酒を合わせる。⑤オーブンは上175度、下150度で予熱する。⑥型にグラシン紙を敷く。

#### ●作り方

①湯煎した卵とグラニュー糖をハンドミキサーでしっかり泡立てる。色が白っぽくなり、生地をすくってもすぐに落ちなくなるまでよく混ぜる。②ハンドミキサーを低速にして30秒ほど混ぜ、きめを整える。③溶かしたバターに、合わせておいたレモンの皮類をいれる。④ふるった粉を2回に分けて加え、木べらで素早く切るように混ぜる。⑤バターのボウルに生地の1/3程度をいれ、横レードルで乳化するまで混ぜ合わせる。⑥元の生地に戻し入れ、底の方からすくい上げるように大きくゆっくり混ぜる。⑦サラサラ落ちる状態になったら型に流し入れ、トントンと上から下に落とし、空気を抜く。⑧オーブンで約25分焼きあがったら、型からはずしてでき上がり。



## まとめ



学校法人野田鎌田学園

野田鎌田学園高等専修学校

調理師・製菓衛生師・日本靴文化協会靴マイスター

山下亜佐子

今回はスイーツ作りの基本を紹介しました。

私たちパティシエがいつも考えていることは、美味しいスイーツで多くの人に笑顔になってもらうことです。そのため、プロになった今でも毎日研究を続けています。

皆さんも自分の作ったお菓子で人を笑顔にできるようなパティシエを目指し、日々コツコツと練習をしていきましょう。



野田鎌田学園高等専修学校  
DVD ガイドブック

映像で学ぶ調理の基本  
第4巻「スイーツの基本」

---

発行元：学校法人野田鎌田学園

発行日：平成31年3月31日

本書を無断で転載、複製、流用することはできません。

落丁・乱丁本はお取り換えいたします。