

調理実験実習【ロールスポンジケーキ（手作りジャムを用いて）、紅茶】

ねらい：鶏卵の栄養，小麦粉の調理性を理解する。ロールスポンジケーキの作り方。
オーブンの使い方を知る。紅茶の入れ方。

ロールスポンジケーキ（25×25天板1枚分） 薄力粉...90g，鶏卵...200g（4個），上白糖...80g，バニラエッセンス...少々 いちごジャム...50g

《作り方》

準備：オーブンは180 に温めておく。天板にオーブンシートを敷いておく。

薄力粉はふるっておく。理由は

- (1)
- (2)

ボールに卵を割り入れ泡立てる。砂糖を2～3回に分けて加える。...()法

注意 ボールに

粉をふるい入れ，ゴムべらで空気を逃がさないようにさっくりと混ぜ合わせる。

天板に生地を平らに流し，中段で約10分焼く。

()を刺してみてもついてもなれば焼き上がり。

焼きあがった生地を網の上に取り，熱いうちにジャムを塗り，ロール状に巻き込みながら紙をはがす。

生クリームを使う場合は，
巻き終わりを下にして冷めるまで置き，等分に切る。

紅茶（1人分） 紅茶の葉（ティースプーン1杯 2.5～3g） 熱湯150ml

ポットとカップにお湯を入れて温めておく。

水をやかんに入れて，十分沸騰させる。

温めたポットに人数分の茶葉を入れる。

沸騰したての湯をポットに注ぎ，ふたをして蒸らす。2分30秒から3分程度。

ティーバッグを用いる場合は，カップにソーサーなどでふたをして蒸らすとよい。

蒸らす時間は1分から1分30秒程度。

課題 小麦粉の性質と利用について下表をまとめよう。

小麦粉の種類	()含有%	用途

課題 空欄をうめ，鶏卵の成分の特徴をみてみよう。

単位	廃棄率	たんぱく質	水分	脂質	炭水化物	無機質			ビタミン				
						Ca	P	Fe	βカロリ当量	B1	B2	C	
	15	151	76.1	12.3	10.3	0.3	51						
		387	48.2	16.5		0.1							
		47	88.4	10.5		0.4	6	11					

)表は鶏卵の全卵・生，卵黄・生，卵白・生のいずれに該当するか。表に書き入れてみよう。

)空欄に単位と栄養価を記入し，表を完成させよう。

)全卵，卵黄，卵白の成分を比較して気付いたことを記入しよう。

--

)新鮮な卵と，古い卵の見分け方を記入しよう。

--

<実習の流れ>

0	オーブンに点火する。 天板に紙を敷く。	卵を泡立てる。	砂糖を計量する。
5	食器の準備	砂糖を加える。	粉をふるう。(2回)
10		粉をふるい入れ，さっくりと混ぜる。天板に流す。	
15	湯を沸かす。	オーブンで焼く(約10分)。調理器具の片付け。	
25	紅茶を入れる。	スポンジケーキにジャムを塗り，巻く。切って，盛り付ける。	
30	試食・片付け		

感想・反省

--

年 組 番 (班) 氏名