2012 年 4 月 7，8 日に、テレビや雑誌でおなじみのフランス菓子・料理研究家の大森由紀子さん主宰のフランス菓子・料理教室　「Etre pâtisse cuisine」で、米国産ホワイトソルガムを使ったスイーツのレッスンが開かれました。

教室の今期テーマは「粉」。毎回いろいろな種類の粉を使ったレシピが生徒さんに伝授されます。調理のポイントをおさえた先生のデモンストレーションを見ながら、生徒さんたちが材料や作り方に関するさまざまな質問をし、先生がそれに答えるというカジュアルなスタイルで毎回レッスンは進行されます。ヴァニラと豆乳の甘い香りがただようキッチンで、先生のフランス旅行での現地のお菓子にまつわるエピソードなど軽快なおしゃべりを聞きながら焼き上がりを待つ時間もあっという間にすぎ、最後に完成したお菓子を紅茶と一緒に味わいました。

今回のレシピは大森由紀子先生のオリジナル「ホワイトソルガムと豆乳のフラン」と、そば粉を使った２品。「ホワイトソルガムと豆乳のフラン」は、生地とフィリングの両方に米国産ホワイトソルガム粉を使った、優しい味わいでどこかなつかしい香りのする焼き菓子です。小さなお子様からお年寄りまで幅広い年齢層に喜ばれそうなアメリカとフランスが見事にフュージョンしたからだにもやさしい極上スイーツを召し上がれ。

Flan au sorgho blanc et au lait de soja

ホワイトソルガムと豆乳のフラン

200℃35～40min.

材　料　ingrédients　（直径２１ｃｍのタルト型１台）と作り方　procédé

●ホワイトソルガムのパート･シュクレ　pâte sucrée au sorgho blanc

ホワイトソルガム	１５０ｇ	sorgho blanc	グラニュー糖	７５ｇ	sucre semoule
バター	７５ｇ	beurre	全卵	１個分	œuf entier

＊　バターは柔らかくしておく。

①　ボウルにバターを入れポマード状にし、グラニュー糖を加えヘラ等で混ぜる。

②　全卵を少しずつ入れ混ぜ、ホワイトソルガムを加え、生地をまとめる。
③　２ｍｍ厚さに伸ばして、タルト型に敷く。

●アパレイユ appareil

全卵	２個	œuf entier
卵黄	１個分	jaune d’ œuf
グラニュー糖	９０ｇ	sucre semoule
ホワイトソルガム	３０ｇ	sorgho blanc
豆乳	４００ｃｃ	lait de soja
バニラビーンズ	1/3 本分	gousse de vanille

①　材料を上から順に混ぜ、タルト生地に詰める。

焼　成　cuisson

①　２００℃のオーブンで３５～４０分焼く。

このレシピと素材のポイント

- ソルガム粉にはグルテンが入っていないので、伸ばすときも打ち粉としてまんべんなく使える。
- 液体などに混ぜる場合、さらっとしているので、ダマにならず非常に作業がしやすい。
- ソルガム粉はバターと非常になじみが良いので、まとまりやすい。
- 生地は休ませなくてもよいが、休ませた場合冷やしすぎるとボソボソになるので注意。
- 適切な温度だと生地の伸びがよい。

レシピ作成：　大森由紀子
文責：　アメリカ穀物協会

＊～＊～＊～＊～＊～＊～＊～＊～＊～＊～＊～＊

大森由紀子さんのプロフィール

フランス菓子・料理研究家。
学習院大学フランス文学科卒。
パリ国立銀行東京支店勤務後、パリの料理学校で料理とお菓子を学ぶ。
フランスの伝統菓子、地方菓子など、ストーリーのあるお菓子や、
田舎や日常でつくられるダシをとらないフランスのお惣菜を
雑誌、本、テレビなどを通して紹介している。

「わたしのフランス地方菓子」（柴田書店）
「フランス地方のおそうざい」（柴田書店）
「パリスイーツ」(料理王国社)「物語のあるお菓子」（ＮＨＫ出版）
「ママンの味、マミーのおやつ」（文藝春秋）など著書２０冊以上。

Etre pâtisse cuisine HP
http://www.yukiko-omori-etre.com/