



## 加熱の目安

予熱：約6分  
加熱：約55分

## 1回に作れる分量

型1個分

## 使用付属品



テーブルプレート  
下段

## カロリー

1663kcal

## 塩分

2.3g

※カロリーと塩分は1人分または1回に作れる分量の値です。

材料	1個分
<b>A</b> 小麦粉(薄力粉)	100g
<b>A</b> ベーキングパウダー	小さじ1/2
卵黄	4個分
卵白	5個分
塩	ひとつまみ
砂糖	100g
<b>B</b> 水	70mL
<b>B</b> レモン汁	小さじ1
<b>B</b> レモンの皮(すりおろす)	1個分
サラダ油	60mL

## 作りかた

- ボウルに卵黄と砂糖の1/2量を入れ、ハンドミキサーで白っぽくなるまでよくねり、合わせた**B**を少しずつ加えて混ぜる。サラダ油を少しずつ加えながら、さらに混ぜて**A**をふるい入れ、ハンドミキサーの低速で、なめらかになるまで混ぜる。
- テーブルプレートを取り外し、食品を入れず **67 シフォンケーキ** で予熱する。
- 別のボウルに卵白と塩を入れ、ハンドミキサーで七分通り泡立てて、泡の大きさがそろったところで残りの砂糖を加え、ツノが立つまで十分泡立てる。
- ①に②の1/3量を加え、木しゃもじでサツと混ぜ、残りを加えてさっくりと混ぜ、生地をやや高め的位置から型に流し入れ、型をかるくトントンと落として空気を抜き、テーブルプレートにのせる。
- 予熱終了音が鳴ったら、やけどに注意して、④を**下段**に入れ、加熱する。
- 焼き上がったら、すぐに型を逆さにし、完全に冷ます。
- 冷めたら、パレットナイフなどを型と生地の上に深く差し込み、上下に動かしながらいねいに側面をはがす。
- 中央部もナイフを入れて同じように生地を外す。ひっくり返して底にナイフを差し込み、底をこするようにして、ゆっくりと型から外す。

## ひとくちメモ

卵黄と卵白を同量(卵5個)にしてもほぼ同様に焼けますが、ケーキの上部に焼きづまりが出ます。また、卵黄が多く入っている分、断面の色が黄色っぽくなり、スポンジケーキに近い仕上がりになります。

## シフォンケーキのコツ

### 直径17～20cmのケーキが作れます

材料	大きさ	
	直径17cm	直径20cm
小麦粉（薄力粉）	75g	100g
ベーキングパウダー	小さじ1/4	小さじ1/2
卵黄	3個分	4個分
卵白	4個分	5個分
塩	少々	ひとつまみ
砂糖	65g	100g
水	40mL	70mL
レモン汁	大さじ2/3	大さじ1
レモンの皮	2/3個分	1個分
サラダ油	30mL	60mL
加熱時間の目安	仕上がり調節	
	<b>弱</b> 約49分	<b>中</b> 約55分

### ボウルやハンドミキサーはきれいな物を

ボウルやハンドミキサーなどに水分や油分がついていると卵白が泡立ちにくくなります。

### 卵黄生地のかたさは

さらさらし過ぎず、ぼったりし過ぎず、ホットケーキとクレープの中間位が最適です。

### 泡立ちをよくするため、卵は新鮮な冷えた物を

卵白は約10℃が一番泡立ちが良くしっかりしたメレンゲが作れます。冷蔵庫で冷えた物を使いましょう。また、卵白に卵黄が混ざっていると泡立ちがよくありません。混ぜないように、しっかりと分けましょう。

### シフォン型はバターを塗らない

バターなどを型に塗って焼くと、冷ます途中で型から外れて縮んでしまいます。表面にフッ素やシリコンが施されている型では上手に作れません。

### 卵黄生地に卵白生地を混ぜるときは

強く混ぜ過ぎないようにしましょう。あまり強く混ぜると、泡が消えてしまい、ふくらまなくなります。

### シフォン型は



アルミ製の物を使います。

### 生地 of 空気抜きは

型に生地を入れた後、強く底を打ちつけて空気抜きをすると、生地の底に加熱後大きな穴が開くことがあります。型をかるくとんとんと落として空気を抜きます。また、生地を流し入れた後に、型の内側の筒を引っ張ると空気が入ってしまいます。

### 型は完全に冷ましてから

取り出してください。冷めないうちに取り出すと、しぼんでしまいます。

### 手動調理で焼くときは

メニュー名	分量	付属品・皿受棚	温度	加熱時間
				予熱有
シフォンケーキ(プレーン)	直径20cm	テーブルプレート・下段	160℃	45～55分

焼き上げの途中で表面の焼き色が濃くなったときは、表面にアルミホイルをのせて、さらに焼きます。