

シフォンケーキ(プレーン)



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。
- 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、角皿にのせ下段に入れ 105 シフォンケーキ(プレーン) で加熱する。(仕上がり調節はシフォンケーキのコツを参照)
- 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ていねいに側面をはがす。

加熱の目安

加熱：約44分

1回に作れる分量

型1個分

使用付属品



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。
このレシピはMRO-W1A対応レシピです。

| 材料 | 直径17cmの金属製シフォン型1個分 | 直径20cmの金属製シフォン型1個分 |
|----------------|--------------------|--------------------|
| A 小麦粉(薄力粉) | 75g | 100g |
| A 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 |
| B 水 | 40mL | 70mL |
| B レモン汁 | 大さじ2/3 | 大さじ1 |
| B レモンの皮(すりおろす) | 2/3個分 | 1個分 |
| サラダ油 | 30mL | 60mL |

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 |

6. 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。

| | | |
|---------|-----------|-----------|
| 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 | |
| | 弱 約40分 | 中 約43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。混ざらないように、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。

生地の空気抜きは

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。

手動調理で焼くときは

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。

直径17cmの場合は

オープン 予熱有 1段 170℃ で予熱します。

予熱終了音が鳴ったら、やけどに注意して、角皿を下段に入れ 40～48分 で加熱します。

直径20cmの場合は

オープン 予熱有 1段 170℃ で予熱します。

予熱終了音が鳴ったら、やけどに注意して、角皿を下段に入れ 42～50分 で加熱します。

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。