

# Happyガスで Cooking!

保存版  
224

7chにて毎月1回、好評放送中の上野ガスのお料理番組「HappyガスでCooking!!」。番組で作ったお料理のレシピを毎月このページでご紹介いたします。

Let's Cooking!!



おいしい・簡単・オシャレなお料理でおなじみの

ここに掲載しているレシピは過去に放送したものです。

山本隆子先生の 楽うまLive

## 春の抹茶ロールケーキ

春色のロールケーキを作ってみませんか?

やわらかい生地以求肥の食感が楽しめ、ほんのり桜の塩漬がアクセントになった、とても美味しいロールケーキです!



### 春の抹茶ロールケーキ

材料 1本分

#### <スポンジ>

卵 …… 3個  
砂糖 …… 60g  
薄力粉 …… 50g  
抹茶粉 …… 大さじ1

#### <シロップ>

砂糖 …… 10g  
水 …… 20cc  
ラム酒 …… 小さじ1

#### <求肥>

白玉粉 …… 50g  
砂糖 …… 10g  
水 …… 100cc  
イチゴジャム …… 小さじ1  
片栗粉 …… 適量

生クリーム …… 200cc  
砂糖 …… 小さじ2~大さじ1  
桜の塩漬 …… 適量  
黒豆(煮豆) …… 適量  
いちご …… 適量



#### 作り方

##### 1、<下準備>

- ・厚紙をオーブンの天板の大きさに切り、アルミ箔を巻く。それを天板に乗せ、その上にオープンシートを敷いておく。(天板を2枚重ねにしてオープンシートを敷いてもOK!)
- ・オーブンを180℃に予熱しておく。
- ・薄力粉は3回ふるっておく。
- ・桜の塩漬を水につけておく。

スポンジを綺麗な抹茶色に焼き上げるための工夫です!

##### 2、<シロップを作る>

水と砂糖を小鍋に入れて火にかけ加熱して、最後にラム酒を加える。

##### 3、<スポンジを焼く>

卵をボウルに割り入れ、湯煎にかける。砂糖を2~3回に分けて加え、生地で「の」の字が書けるぐらいまでしっかり泡立てる。  
薄力粉と抹茶を加えゴムベラでさっくり混ぜる。水につけておいた桜の塩漬を絞り、天板のオープンシートの上に散りばめる。  
生地を流し込み、オーブンで10分焼く。  
10分後、スポンジを軽く押し、指の跡が残らなければ焼き上がり!しばらく冷ましておきます。



電気オーブンは予熱後食材を入れる時に扉を開けると庫内の温度が20~30度下がってしまうので、設定温度より40~50度ぐらい高め予熱をし、食材を入れてから本来の温度で焼いてください。  
※ガスオープンなら扉を開けても冷めないで、最初から設定温度で予熱してOK!!

##### 4、<求肥を作る>

片栗粉以外の求肥の材料を鍋に入れ、混ぜ合わせてから加熱する。粘りが出てきたら、片栗粉を広げた上にのばしておく。

##### 5、ボウルに生クリームと砂糖を入れ、8分立てまで泡立てておく。

卵白や生クリームを泡立てる時はボウルを氷などに当てて冷やしなから泡立てると良いです!  
3のように、卵黄を泡立てる時は湯煎にかけて温めながら泡立ててください。

##### 6、スポンジが冷めればオープンシートをはがし、焼き色がついている方を上にしてシロップを塗る。

巻き始めの方に4~5本浅く切れ目を入れると巻きやすくなります。

##### 7、生クリームを塗り、黒豆とイチゴを小さく切ってちらし、求肥を手前に置く。



##### 8、手前から巻き上げるようにして巻く。巻き終わりを下にして冷蔵庫でしばらくねかせる。

##### 9、イチゴと黒豆を花のように飾り付け、出来上がり!



7月の放送は… HappyガスでCooking! 全国学校給食の旅「ソイソイナゲット」をお送りします。

放送日: 7月30日(日) 19:30 ~ 8月5日(土) 17:45

上野ガスのホームページで過去のレシピもご覧になれます。

<https://www.ueno-gas.co.jp>