

お菓子・パン Confectionery and Bread

手作りならではの工夫で楽しく。

型抜きクッキー

自動メニュー
お菓子・パン
クッキー

予熱
角皿・アミ
(予熱目安時間約6分)

上段
角皿・アミ・浅角皿
上段
焼き上げ

約15分

材料(約36個) 31kcal 塩分0g

クッキー生地

バター(やわらかくしたもの)..... 60g
砂糖..... 50g
卵..... M1/2個分
バニラエッセンス..... 少々
薄力粉..... 120g

① やわらかくしたバターと砂糖を白っぽくなるまで練り混ぜる。



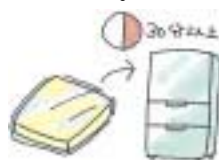
② 溶いた卵を少しずつ加えてよく混ぜ、バニラエッセンスを加える。



③ 薄力粉をふるい入れてサクッと混ぜる。粉けがなくなれば、ひとまとめにする。



④ ラップに包み、四角にして冷蔵庫で30分以上ねかせる。



⑤ ラップとラップの間にはさみ、めん棒で5mm厚さにのばす。

ポイント...

めん棒の両側に5mm厚さのもの(割りばしなど)をおくときれいにのばせます。



⑥ 好みの型で抜く。

一度型で抜いた生地はまとめて、のばしては抜くことを繰り返します。



ポイント...

抜き型に粉をつけると抜きやすくなります。



⑦ 浅角皿に間隔をあけて並べる。



⑧ 予熱する。角皿に調理網をのせ上段に入れる。(食品は入れません) 次の操作をする。

自動メニュー **決定(押す)** を...

⌂ 戻る お菓子・パン に合わせる **押す**

クッキー に合わせる **押す**

スタート 予熱開始

⑨ 予熱が完了すれば、7を調理網にのせる。スタートを押す。加熱後、熱いうちに浅角皿からはずして冷ます。

— 手動するときには —
オープン・予熱ありの180 で約15分

アドバイス...アイシング(粉砂糖20g、レモン汁小さじ1弱を混ぜ合わせたもの)で冷めたクッキーに模様を書いてもよいでしょう。



バリエーション

焼き上げは「型抜きクッキー」と同じ要領です。

おからクッキー

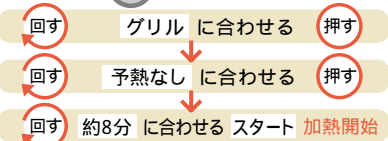
材料(約36個分)

おから	60g
バター(やわらかくしたもの)	60g
砂糖	30g
薄力粉	60g
黒ごま	大さじ1/2
ベーキングパウダー	小さじ1/2
オープン用クッキングペーパー	

①角皿にオープン用クッキングペーパーを敷き、おからをのせる。ラップで押しつけて平らにのばし、そばら状にフォークでほくしておく。

②1を上段に入れる。次の操作をする。

手動加熱(決定)を...



③バターと砂糖を白っぽくなるまで練り混ぜ、おからを加えてさらによく混ぜる。

④薄力粉とベーキングパウダーをふるい入れ、黒ごまも加えてサクッと混ぜる。粉けがなくなれば、ひとまとめにする。

⑤4の生地を3cm角の棒状にしてラップに包み、冷蔵庫で1時間以上ねかせる。

⑥ラップを取って厚さ6mmに切り、浅角皿に並べる。



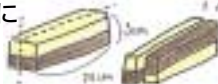
アイスボックスクッキー

材料(約36個分)

クッキー生地	
バター(やわらかくしたもの)	60g
砂糖	40g
卵	M1/2個分
バニラエッセンス	少々
薄力粉④	55g
薄力粉⑤	50g
ココア	10g

①型抜きクッキー(118ページ)の1~2と同じようにしたのち、半分に分けて一方に薄力粉④を加えてバニラ生地にする。もう一方には薄力粉⑤とココアを合わせてふるい入れ、ココア生地にする。

②好みの形にし、3cm角(または直径3cm程度)の長さ24cmの棒状にととのえ、ラップに包んで冷凍室で1時間以上冷やしつかためる。ラップを取って6~7mm厚さに切り、浅角皿に並べる。



手作りのラッピングでハートフルなプレゼントに



お菓子作りのコツとポイント

準備はきちんと

最初に材料はきちんと量り、道具もそろえておきます。

生地は間隔をあけて並べて

加熱されるとふくらみますので、充分間隔をあけて並べてください。

生地のおきさ・分量をそろえて

クッキーやシュークリームなどの生地のおきさや厚みが違うと、焼き上がりが一様になりません。



バターの有塩・無塩は、お好みで

薄力粉と強力粉は使い分け、必ずふるって

かたまりを取り除き、空気を生地にたっぷり入れることにより、焼き上がりを軽くします。

ボールや泡立器は、水分や油分のついていないものを

卵の泡立てのとき、泡立ちが悪くなります。

卵の泡立ては力仕事です。ハンドミキサーがあれば便利です。





テーブルがパツと華やく、ケーキの定番。

スポンジケーキ

自動メニュー
お菓子・パン
スポンジケーキ

水位
水位1

予熱
角皿・アミ
(予熱目安時間約6分)

下段 焼き上げ
角皿・アミ

約35分

材料(直径18cmの金属製丸型1個分)
313kcal(1/8切れ) 塩分0.1g mL=cc

スポンジケーキ

薄力粉 90g
卵 M3個
砂糖 90g
バニラエッセンス 少々
バター 15g
牛乳 大さじ1

ホイップクリーム

生クリーム 300mL
砂糖 大さじ3
バニラエッセンス、ブランデー 各少々
仕上げ用フルーツ(いちご、キウイ、缶詰のフルーツなどお好みで) 適量
硫酸紙またはオープン用クッキングペーパー

- 直径15cm、18cm、21cmの丸型が自動で焼けます。
- スポンジケーキに合わせ、決定を押して、自動メニューつまみを回し、サイズを選んで決定を押します。
- 分量は下表を参照ください。

材料	直径	15cm	18cm	21cm
薄力粉		60g	90g	120g
卵		M2個	M3個	M4個
砂糖		60g	90g	120g
バター		10g	15g	20g
牛乳		小さじ2	大さじ1	小さじ4
手動でするときは ウォーターオープン(ケーキ) 予熱あり 160		約30分	約35分	約40分

チェック!!

状態	断面	原因
ふくらみがよく、きめも細かくととのっていて形もよい。		
固く、きめがつまっていてふくらみも悪い。		粉を入れてから混ぜすぎた。溶かしバターが冷めていた。
ふくらみが悪い。		粉や溶かしバターを入れてから混ぜすぎた。生地を作ってからすぐに焼かなかった。卵の泡立て不足。
きめが粗く、なめらかさが無い。		粉合わせ不足。粉ふるいを忘れた。

① 水タンクに水を入れる。(水位1)

② 丸型の内側に薄くバター(分量外)をぬって硫酸紙を敷く。卵は卵黄と卵白に分ける。

③ 卵白は大きいボールに入れてツノが立つまで泡立て、砂糖の半量を少しずつ加えてさらに泡立てる。

ポイント... 卵白、卵黄の泡立てがポイント。しっかり泡立ててください。



④ 卵黄に残りの砂糖を入れて湯せんし、人肌にあたたまったら取り出し白っぽく、筋がつくくらい「マヨネーズ状」まで泡立てる。



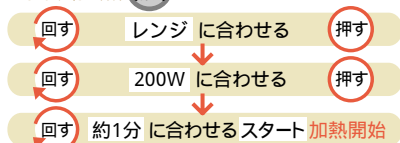
⑤ 卵黄と卵白を合わせ、バニラエッセンスを加えて泡立器でなめらかになるまで混ぜ合わせる。

⑥ 5に薄力粉をふるいながら加え、泡をこわさないようにサクッと、粉けがなくなるまで底から生地を持ち上げるようにして混ぜ合わせる。

ポイント... 混ぜ方が足りないとキメが粗く、混ぜすぎるとふくらみが悪くなります。

⑦ 耐熱容器に小さく切ったバターと牛乳を入れ、ラップをして庫内中央に置く。次の操作をする。(角皿・浅角皿は入れません)

手動加熱(決定)を押すを...

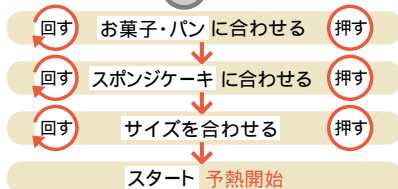


加熱後、ヘラをつたわせて6に加え、手早く混ぜ合わせる。

ポイント... 溶かしバターは、人肌より少し熱めの50~60のもの早く生地に混ぜられます。

⑧ 予熱する。角皿に調理網をのせ、下段に入れる。(食品は入れません) 次の操作をする。

自動メニュー(決定)を押すを...



⑨ 2の型に7を高い位置から流し入れ、型をゆすって表面をならしたあと、トントンとたたいて空気抜きをする。



ポイント... 高い位置から流し入れると泡が均一になります。

⑩ 予熱が完了すれば、9を調理網にのせる。スタートを押す。

手動でするときは ————
ウォーターオープン(ケーキ)・予熱ありの160 で約35分

竹串を中心に刺してみても生地がついてこなければ焼き上がりです。

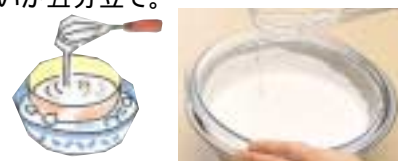
⑪ 加熱後、焼き縮みを防ぐため、すぐに型ごと20~30cm高さから1回落とす。(中央がくぼまず、よりきれいに仕上がる。)底を上にして型から出し、網にのせてさます。



⑫ ホイップクリームを作る。ボールにあらかじめ冷やしておいた生クリームと砂糖を入れ、氷水でボールごと冷やしながらかき混ぜ、とろみがつけば、バニラエッセンスとブランデーを加えてさらに泡立てる。



タラリとさせたいとき
泡立器を持ち上げてトロリと流れるくらいが五分立て。



スポンジケーキにぬるとき
もう少し泡立て、筋がつくくらい七分立て。



絞り出し袋に入れて絞るとき
さらに泡立て、ツノが立てば九分立て。



ポイント... 泡立てすぎてモロモロになってしまったら、残っている生クリームを少し加え、泡立器でゆっくり混ぜるとなめらかになります。

⑬ フルーツは飾り用のものを残して薄切りにする。スポンジケーキは横半分に切り、ホイップクリームとフルーツをサンドする。残りのホイップクリームとフルーツで表面を飾る。

共立て法について

全卵に砂糖を一度に加えて泡立てる方法。卵白だけよりも泡立ちにくいので、湯せんしながら泡立て、人肌程度にあたたまったから湯せんからはずす。泡立器ですくいあげたとき、落ちる泡で文字がかかるくらいまでしっかり泡立てる。共立ての場合、泡立て不足のまま焼いて失敗することが多いので、気をつけて。(共立て法で焼くと、色が濃いめに仕上がる傾向があります。)

バリエーション

焼き上げは「スポンジケーキ」と同じ要領です。

チョコレートケーキ(直径18cmの金属製丸型1個分)

① スポンジケーキの1~11と同じようにする。薄力粉70gにココア20gを加えていっしょにふるって使う。

② 生クリーム300mLに、砂糖大さじ3とココア大さじ4(同量の湯で溶く)を加え、ツノが立つまで泡立てる。ケーキを横半分に切り、クリームを薄くぬってサンドして全体にぬり、残りのクリームで飾る。



手動加熱
オープン

予熱
角皿・アミ
(予熱目安時間約6分)

下段
角皿・アミ

焼き上げ



フワフワしっとりのシフォンは、柔らかさが心地よいケーキです。

シフォンケーキ

材料(直径20cmのアルミ製シフォンケーキ型1個分)
207kcal(1/10切れ) 塩分0.1g mL=cc
卵白 M6個分
砂糖 120g
卵黄 M5個
牛乳 100mL
サラダ油 80mL
薄力粉 120g
*フッ素加工の型はうまく焼けないことがあります。
アルミ製のものをお使いください。

① 卵白をツノが立つまで泡立て、砂糖の半量を少しずつ加えて、さらに泡立てる。



② 卵黄に残りの砂糖を加えて白っぽくなるまで泡立てる。



③ 2に牛乳を1度に加えてザツと混ぜ、泡立器で混ぜながらサラダ油を少しずつ加える。

④ 3に薄力粉をふるい入れ、ヘラで粉けがなくなるまで混ぜ合わせる。

⑤ 予熱する。角皿に調理網をのせ、下段に入れる。(食品は入れません) 次の操作をする。

手動加熱(決まり)を...

① 回す オープン に合わせる 押す

② 予熱あり に合わせる 押す

③ 回す 180 に合わせる スタート 予熱開始

⑥ 4に1の1/3量を加えてヘラでよく混ぜ、残りの1を加えてヘラで泡をつぶさないようサクッと混ぜる。

⑦ 何もぬっていない型に6を流し入れ、20~30回トントンたたいて空気抜きをする。

⑧ 予熱が完了すれば、7を調理網にのせる。 次の操作をする。

手動加熱(決まり)を...

④ 回す 約40分 に合わせる スタート 加熱開始

⑨ 加熱後、すぐに型をさかさまにして冷ます。完全に冷めたら、型とケーキの間にナイフを入れてケーキをはずす。

アドバイス...好みにホイップクリームを添えても。

バリエーション

焼き上げは「シフォンケーキ」と同じ要領です。

マール

インスタントコーヒー大さじ2を湯小さじ1で溶き、6のできあがった生地に散らして加え、軽く混ぜ合わせて型に流す。

紅茶

ティーバッグ4袋の袋を破り、葉を牛乳と共に加える。

ココア

薄力粉120gにココア20gを合わせてふるう。

抹茶

薄力粉120gに抹茶10gを合わせてふるう。

手動加熱
ウォーターオープン
(ケーキ)
 水位
水位1
 予熱
角皿・アミ
(予熱目安時間約6分)
 上段
角皿・アミ・浅角皿
 上段
焼き上げ



季節のくだものを散りばめて。 ロールケーキ(バニラ)

材料(1本分)

152kcal(1/8切れ) 塩分0.1g mL=cc

スポンジケーキ生地

薄力粉	60g
卵	M3個
砂糖	60g
バニラエッセンス	少々
牛乳	大さじ1

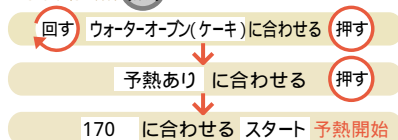
ホイップクリーム

生クリーム	90mL
砂糖	大さじ1
バニラエッセンス、ブランデー	各少々
黄桃やキウイなどお好みのフルーツ	適量

オープン用クッキングペーパー

- 1 水タンクに水を入れる。(水位1)
- 2 浅角皿の内側に薄くバターをぬってオープン用クッキングペーパーを浅角皿のふちから1cm高くなるように敷く。
- 3 スポンジケーキ(120ページ)の3~4と同じようにして卵を泡立てる。
- 4 予熱する。角皿に調理網をのせ、上段に入れる。(食品は入れません)次の操作をする。

手動加熱(決定)を押す



5 スポンジケーキの5~6と同じようにする。牛乳は加熱せずに薄力粉のあとに加える。また、粉合わせの際は、ヘラを大きく動かしてサックリと混ぜ、粉けがなくなり、生地をヘラですくい上げるとリボン状にひらひらと落ち、折り重なってしばらく跡が残って消えるくらいを目安にする。



ロールケーキは、スポンジケーキと比べると、卵に対して薄力粉の割合が少ないため、粉合わせが足りないと、きめの粗いケーキになります。ただし、ぐるぐると練り合わせると粘りが出るので気をつけてください。

- 6 2の浅角皿に生地を流し入れて表面をならし、空気抜きをする。
- 7 予熱が完了すれば、6を調理網にのせる。次の操作をする。

手動加熱(決定)を押す

16~18分 に合わせる スタート 加熱開始
加熱後、浅角皿から取り出し、かたく絞ったふきんの上に裏返して置き、オープン用クッキングペーパーをはがす。

- 8 ホイップクリームの作り方(121ページの12)と同じようにしてホイップクリームを作り、小さく切ったフルーツを混ぜる。
- 9 ケーキの粗熱を取って焼き色のついた方を下にし、表面にクリームをぬり、手

前からふきんを持ち上げるようにして巻く。

ケーキの外周の固さが気になるときは、固い箇所にぬれふきんをあてておくと、巻きやすくなります。巻き終わりになる方の生地の手前を1cmぐらい斜めに切り落とすと巻き終わりの段差がなくなり、きれいに落ち着きます。

- 10 巻き終われば、オープン用クッキングペーパーで包み、さらにラップで包んで、巻き終わりを下にして冷蔵庫で約30分おき、なじませる。

バリエーション

焼き上げは「ロールケーキ(バニラ)」と同じ要領です。

ココアロール

薄力粉60gにココア20gを合わせてふるう。

抹茶ロール

薄力粉60gに抹茶大さじ1を合わせてふるう。



カステラ

材料(20×20cmのもの1個分)
262kcal(1/10切れ) 塩分0.1g

新聞紙 6~7枚
アルミホイル(長さ50cmのもの) 2枚
卵(室温のもの) M8個
砂糖 280g
A [はちみつ 大さじ3
湯(または温めた牛乳) 大さじ1¹/₂
強力粉(ふるう) 200g

手作りの醍醐味「カステラ」

カステラはプロが作っても毎回キメなどがちがうと言われるくらい微妙なお菓子。何度か挑戦してコツをマスターしてください。

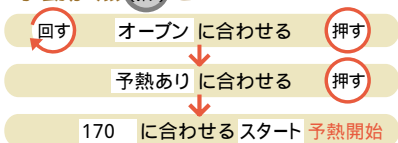
①新聞紙とアルミホイルを使って、下図を参考に型を作る。

②卵をかるくほくして、砂糖を1度に入れ、ハンドミキサーを高速で約10分ボールに沿って動かしながら、生地を持ち上げて、落ちる泡で文字が書けるくらいまで泡立てる。

③混ぜ合わせたAを加えて、さらに約2分泡立てる。

④予熱する。角皿に調理網をのせ、下段に入れる。(食品は入れません) 次の操作をする。

手動加熱 を...



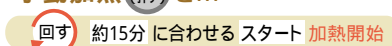
⑤ハンドミキサーを中速にして、強力粉を3回に分けて加える。3回目を加えてから約3分混ぜ合わせ、生地を持ち上げて跡が残るくらいに泡立てる。

ポイント...大きな泡を立てないよう、だまにならないよう注意します。

⑥型のふちにつかないようにして生地を型に流し入れる。ヘラを垂直に立て、生地を切るようにして縦横に何度も動かす、底から泡が上がってきたら表面をなでるようにして泡を消す。(泡切り)

⑦予熱が完了すれば、6を調理網にのせる。次の操作をする。

手動加熱 を...

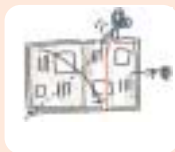


ご注意 新聞紙は庫内壁面に接触させると焦げることがありますので、ご注意ください。

加熱後、とりけしを押し、すぐに続けて次の操作をする。

新聞紙の型のつくり方

1新聞紙は広げて6~7枚重ねる。矢印の方向に折って、正方形に切る。



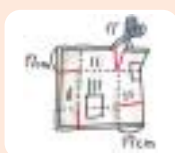
317cmの半分のところを、山折りにする。



5アルミホイルをまず一方向へ敷き詰める。



2各辺の端から17cmのところから折り目を入れ、4カ所にはさみで切り込み(赤線部分)を入れる。



4各辺を折り込んで、箱を組み立て、ホットキスでとめる。



6すみを破らないように(破ると生地が出て取り出しにくくなるので)もう一方からも敷き詰める。



パウンドケーキ

材料(底)16×7×(高さ)6cmの
金属製パウンドケーキ型1本分)
265 kcal(1/8切れ) 塩分0.1g mL=cc

ラム酒漬けフルーツ

〔ドライフルーツ 90g
ラム酒 30mL

生地

〔バター(やわらかくしたもの) 100g
砂糖 80g
卵 M2個

A〔薄力粉 100g
ベーキングパウダー 小さじ2/3

B〔くるみ(粗みじん切り) 20g
レモン汁 1/2個分
レモンの皮(すりおろす) 1/2個分
バニラエッセンス 少々

スライスアーモンド 適量
硫酸紙またはオープン用クッキングペーパー



- ① 水タンクに水を入れる。(水位1)
- ② 好みのドライフルーツを粗みじんに切る。耐熱容器に入れてラム酒を加え、ラップをして庫内中央に置く。次の操作をする。(角皿・浅角皿は入れません)

手動加熱(決定/押す)を...

〔回す レンジ に合わせる 押す
1000W に合わせる 押す
約1分 に合わせる スタート 加熱開始

- ③ パウンド型の内側に薄くバター(分量外)をぬって硫酸紙を敷く。卵は卵黄と卵白に分ける。



ご注意 硫酸紙は庫内壁面に接触させると、焦げることがありますのでご注意ください。

- ④ ボールにやわらかくしたバターと分量の砂糖の約2/3を入れ、白っぽくなるまで練り混ぜ、さらに卵黄を加えて混ぜる。
- ⑤ 卵白は大きいボールに入れてツノが立つまで泡立て、残りの砂糖を少しずつ加えてさらに泡立てる。
- ⑥ ④に⑤の半量を加え、Aを合わせてふるい入れ、サクッと混ぜ、残りの⑤を混ぜる。
- ⑦ ⑥にBとラム酒漬けフルーツを加えて混ぜる。型に入れて中央に溝を作るようにしてへこませ、スライスアーモンドを散らす。

- ⑧ 予熱する。角皿に調理網をのせ、下段に入れる。(食品は入れません) 次の操作をする。

手動加熱(決定/押す)を...

〔回す ウォーターオープン(ケーキ)に合わせる 押す
予熱あり に合わせる 押す
回す 160 に合わせる スタート 予熱開始

- ⑨ 予熱が完了すれば、7を調理網の中央に横方向になるようにのせる。次の操作をする。

手動加熱(決定/押す)を...

〔回す 40~45分 に合わせる スタート 加熱開始

カップケーキ

材料(ステンレス製プリン型8個分)
281kcal(1個) 塩分0.1g

ラム酒漬けレーズン

〔レーズン 75g
ラム酒 大さじ12/3

生地

〔バター(やわらかくしたもの) 120g
砂糖 80g
卵 M2個

A〔薄力粉 160g
ベーキングパウダー 小さじ3/4
バニラエッセンス 少々

敷き紙

- ① 水タンクに水を入れる。(水位1)
- ② レーズンを耐熱容器に入れてラム酒を加え、ラップをして庫内中央に置く。次の操作をする。(角皿・浅角皿は入れません)

手動加熱(決定/押す)を...

〔回す レンジ に合わせる 押す
1000W に合わせる 押す
約50秒 に合わせる スタート 加熱開始

- ③ プリン型に敷き紙を敷く。パウンドケーキ(上記)の④~⑥と同じようにして生地を作る。
- ④ ③にバニラエッセンス、ラム酒漬けレーズンを混ぜて型に入れ、浅角皿に並べる。
- ⑤ 予熱する。角皿に調理網をのせ、下段に入れる。(食品は入れません) 次の操作をする。

手動加熱(決定/押す)を...

〔回す ウォーターオープン(ケーキ)に合わせる 押す
予熱あり に合わせる 押す
回す 160 に合わせる スタート 予熱開始



- ⑥ 予熱が完了すれば、4を調理網にのせる。次の操作をする。

手動加熱(決定/押す)を...

〔回す 約25分 に合わせる スタート 加熱開始

自動加熱 お菓子・パン プリン(しっかり)	水位 水位2	上段 蒸し 角皿	約25分 (蒸らし 5分含む)
-----------------------------	-----------	----------------	-----------------------



お口に広がるバニラの香りと、なめらかなのどごしが絶品。
プリン(なめらかタイプ)

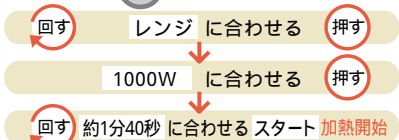
材料

(底の直径8cm、高さ4cmのココット型6個分)
 185 kcal(1個) 塩分0g mL=cc

- A
- 牛乳 250mL
 - 砂糖 50g
 - 生クリーム 100mL
 - 卵黄 M4個
 - バニラエッセンス 少々
 - アルミホイル

- ① 水タンクに水を入れる。(水位2)
- ② 耐熱容器にAを入れ、フタをせずに庫内中央に置く。次の操作をする。(角皿・浅角皿は入れません)

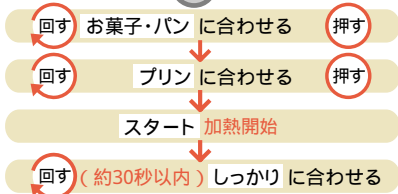
手動加熱 (決定) を...



- ③ 2に残りの材料を加え、よく混ぜ合わせて、こす。

- ④ 3を型に同量ずつ注ぎ、1個ずつアルミホイルでフタをして角皿に並べる。
- ⑤ 4を上段に入れる。次の操作をする。

自動メニュー (決定) を...



手動ですときは
 蒸し物(弱)で約20分。加熱後、庫内で約5分蒸らす。

加熱後、粗熱を取り、冷蔵庫で冷やす。

アドバイス...好みでホイップクリームを飾ったり、カラメルソースをかけてもよいでしょう。

バリエーション

加熱は「プリン(なめらかタイプ)」と同じ要領です。

豆乳プリン(なめらかタイプ)



牛乳の分量を豆乳(調整タイプ、無調整タイプどちらでも可)に置きかえます。

プリン

材料(ステンレス製プリン型8個分)
109kcal(1個) 塩分0.2g mL=cc

カラメルソース

〔砂糖……………大さじ4
水、湯……………各大さじ1〕

プリン液

〔牛乳……………2カップ
砂糖……………50g
卵……………M3個
バニラエッセンス……………少々〕

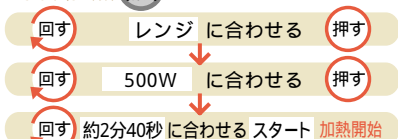
アルミホイル

*陶器製のプリン型はかたまりにくいので、
使用しないでください。

① 水タンクに水を入れる。(水位2)

② 小さめの耐熱容器に砂糖と水を入れ、フタをせずに庫内中央に置く。次の操作をする。(角皿・浅角皿は入れません)

手動加熱(決定/押す)を...



焦げ色がつけば、取り出して、湯を加える。色がうすいときは延長してください。

ご注意 *加熱後、冷たい調理台などに置くとき容器が割れることがあります。湯を入れるとき、はしきますので、充分注意してください。*プラスチック製の耐熱容器は、使えません。

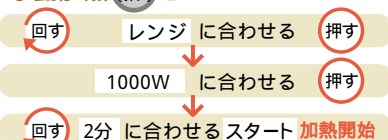
③ プリン型に、カラメルソースを同量ずつ入れる。



自動加熱 お菓子・パン プリン	水位 水位2	上段 角皿	蒸し 約18分 (蒸らし 5分含む)
-----------------------	-----------	----------	-----------------------------

④ 耐熱容器に牛乳と砂糖を入れ、フタをせずに庫内中央に置く。次の操作をする。(角皿・浅角皿は入れません)

手動加熱(決定/押す)を...



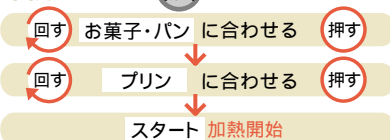
加熱後、かき混ぜて砂糖を溶かす。よく溶きほくした卵とバニラエッセンスを加え、泡立っていないように混ぜ合わせて、こす。

ポイント...卵は充分溶きほくしてください。溶き方が足りないと裏ごしに卵白が残ります。うまくかたまらないことがあります。

⑤ プリン液を型に同量ずつ注ぎ、1個ずつアルミホイルでフタをして角皿に並べる。

⑥ 5を上段に入れる。次の操作をする。

自動メニュー(決定/押す)を...



手動でするときは
蒸し物(弱)で約13分。
加熱後、庫内で約5分蒸らす。
加熱後、粗熱を取り、冷蔵庫で冷やしてから型から出す。

プリンのポイント

型の形状や加熱前のプリン液の温度などにより、仕上がりが異なることがあります。もし、竹串を刺してみても生っぽいものが出てくる場合は、延長で加熱を追加してください。

パンキンパイ

材料(8個分) 142kcal(1個) 塩分0.4g

冷凍パイシート……………2枚(200g)
かぼちゃ……………200g
砂糖……………30g
シナモン……………適量(なくてもよい)
薄力粉……………少々
コーンスターチ……………適量
ドリュール
〔卵黄……………M1個
水……………小さじ1〕

① 冷凍パイシートを冷凍室から出しておく。

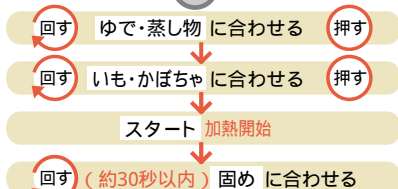
② 水タンクに水を入れる。(水位2)

③ かぼちゃのたねを取り、2~3cm角に切る。

④ 角皿に調理網をのせ、3を並べる。

⑤ 4を上段に入れる。次の操作をする。

自動メニュー(決定/押す)を...



手動でするときは
蒸し物(強)で約15分

⑥ 冷めたら、皮を取りボールに入れて、木じゃくしでつぶす。砂糖(好みでシナモンも)を加えてよく混ぜる。かぼちゃがべたついているときは、コーンスターチを混ぜる。

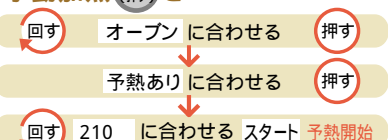
⑦ パイシート1枚に、薄力粉を少しふり、ラップにはさんでめん棒で一辺が20cmの正方形になるよう伸ばす。

⑧ 包丁で一辺が10cmの正方形を切り取る。残りの1枚も同じようにして、合計8枚作る。

⑨ 8の真ん中に8等分した6をのせ、ふちにドリュールをぬって、半分に折り、ふちをしっかり押さえる。(四角でも三角でもよい)表面に3本切り目を入れる。

⑩ 予熱する。角皿に調理網をのせ、上段に入れる。(食品は入れません) 次の操作をする。

手動加熱(決定/押す)を...



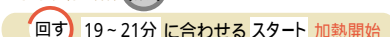
手動加熱 オープン	予熱 角皿・アミ (予熱目安時間約8分)	上段 角皿・アミ・浅角皿	焼き上げ 角皿・アミ・浅角皿
--------------	----------------------------	-----------------	-------------------

*かぼちゃをゆでる工程では、水タンクを使います。



⑪ 予熱が完了すれば、9の表面にドリュールをぬり、浅角皿に並べて調理網にのせる。次の操作をする。

手動加熱(決定/押す)を...





モコモコのシュー皮にカスタードをたっぷり詰めて。

シュークリーム

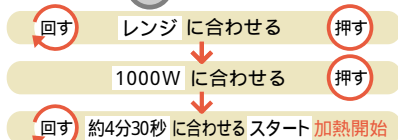
自動メニュー お菓子・パン シュークリーム	水位 水位1	予熱 上段 角皿・アミ (予熱目安時間約6分)	上段 焼き上げ 角皿・アミ・浅角皿	約27分
-----------------------------	-----------	----------------------------------	-------------------------	------

材料(9個分)
201kcal(1個) 塩分0.1g mL=cc

- カスタードクリーム
- 薄力粉、コーンスターチ 各大さじ2
 - 砂糖 80g
 - 牛乳 2カップ
 - 卵黄 M3個
 - バター 30g
 - ブランデー 小さじ2
 - バニラエッセンス 少々
- シュー生地
- 水 90mL
 - バター 50g
 - 薄力粉 50g
 - 卵 M2~3個

①カスタードクリームを作る。
大きめの耐熱容器に薄力粉とコーンスターチ、砂糖を入れる。牛乳を少し加えてのばし、卵黄、残りの牛乳を加えてよく混ぜ、フタをせずに庫内中央に置く。次の操作をする。(角皿・浅角皿は入れません。)

手動加熱  を...



途中で残り時間が約2分と約1分の時に混ぜる。

加熱途中に取り出す場合はとりけしは押さずに、ドアを開けて加熱を一時停止させ、食品を取り出してください。

ポイント...加熱直後はやわらかめですが、冷めるとちょうどよい固さになります。

②バターを加えてよく混ぜ、冷めたらブランデーとバニラエッセンスを加えて香りをつける。



ポイント...ブランデーとバニラエッセンスは必ず冷めてから加えましょう。熱いうちに加えると香りがとんでしまいます。加熱後、表面にラップを密着させて空気にふれないようにしておく、膜が張りません。

③シュー生地を作る。

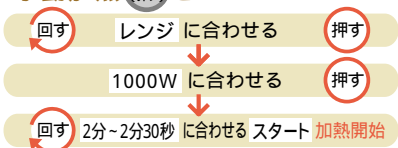
大きめ(直径20cm以上)の耐熱容器に水と小切りにしたバターを入れ、分量の薄力粉のうち小さじ1/3を入れ、フタをせずに庫内中央に置く。

次の操作をする。

(角皿・浅角皿は入れません。)



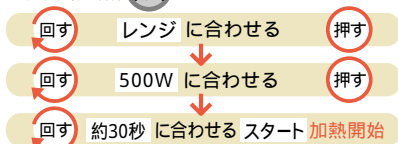
手動加熱  を...



ポイント...水とバターが充分沸騰しているところに薄力粉を加えます。沸騰が足りないときは、加熱を延長してください。

④加熱後、残りの薄力粉を加え、ヘラで手早くしっかり練る。次の操作をする。(角皿・浅角皿は入れません。)

手動加熱  を...



⑤溶いた卵をまず1個分加える。きれいに混ざったら、生地の状態を見ながら残りの卵を少しずつ加えてのばす。

⑥ヘラですくってみて、ゆっくり落ちるぐらいのかたさに調節する。

ポイント...生地の半量ほどをヘラですくってヘラを傾け、5つ数えてポタッと落ちるぐらいのかたさです。

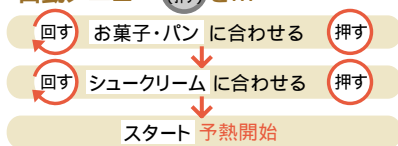
卵が全部入らないうちにこの状態になったら、卵を加えるのをやめる。



⑦水タンクに水を入れる。(水位1)

⑧予熱する。角皿に調理網をのせ、上段に入れる。(食品は入れません) 次の操作をする。

自動メニュー  を...



⑨直径1cmの丸型口金をつけた絞り出し袋に入れて、浅角皿に9個に絞り出す。



⑩予熱が完了すれば、9を調理網にのせる。スタートを押す。

手動でするときは
ウォーターオープン(パン・シュー)・予熱ありの190 で約27分

ポイント...焼き上がるまでに冷たい空気が入るとしぼんでしまいますので、焼いている途中でドアを開けないようにしましょう。

⑪シュー皮が熱いうちに手早く浅角皿からはずして冷ます。シュー皮の上部をナイフで切り、中にカスタードクリームを詰める。



ひとくメモ

シュークリームは生地の作り方でふくらみが変わってきます。やわらかすぎたりするとうまくふくらまない場合があります。

バリエーション

焼き上げは「シュークリーム」と同じ要領です。

エクレア

シュー生地を直径1cmの丸型口金を使って10cm長さの棒状に9個絞り出し、シュークリームと同じようにして焼く。シュー皮の上部を切って溶かしたチョコレート60gをつけてかためる。カスタードクリームを詰めて上部をかぶせる。





サクサクのパイ生地と、クリームの組み合わせがベストマッチ。

パイシュー

自動メニュー お菓子・パン シュークリーム	水位 水位1	予熱 角皿・アミ (予熱目安時間約6分)	上段 角皿・アミ 浅角皿	上段 焼き上げ 約27分
-----------------------------	-----------	----------------------------	--------------------	--------------------

材料(8個分)
246 kcal 塩分0.2g mL=cc

- カスタードクリーム
- 薄力粉、コーンスターチ..... 各大さじ1 $\frac{1}{2}$
 - 砂糖④..... 50g
 - 牛乳..... 240mL
 - 卵黄..... M2個
 - バター..... 25g
 - ブランデー..... 小さじ1 $\frac{1}{2}$
 - バニラエッセンス..... 少々
 - 生クリーム..... 80mL
 - 砂糖⑥..... 15g
- シュー生地
- 水..... 50mL
 - バター..... 25g
 - 薄力粉..... 25g
 - 卵..... L1個
- 冷凍パイシート(市販のもの)..... 1枚(100g)
オープン用クッキングペーパー

- ① 水タンクに水を入れる。(水位1)
- ② シュークリーム(128ページ)の1~2と同じようにしてカスタードクリームを作る。ただし、加熱時間は約3分30秒にし、残り時間が約2分と約1分のときに混ぜる。
- ③ 冷えた生クリームに砂糖⑥を加え、七分立てにし、2に加えてなめらかになるまで混ぜる。

- ④ 冷凍パイシートを冷凍室から出し、8等分する。
- ⑤ シュークリーム(128ページ)の3~6と同じようにする。ただし、水と薄力粉の加熱時間は約2分にし、残りの薄力粉を加えてからの時間は約20秒にする。
- ⑥ 15cm角に切ったオープン用クッキングペーパーを2枚用意し、1枚に軽く打ち粉をして、4のパイシートを1枚のせ、パイシートの上にも軽く打ち粉をして、もう1枚のオープン用クッキングペーパーをかぶせる。めん棒で約10cm角にのぼす。
- ⑦ 6の上のオープン用クッキングペーパーをはずし、5の生地の $\frac{1}{8}$ 量(約14g)をパイシートの中心にのせる。
- ⑧ パイシートの四隅をつまんで、シュー生地をしっかりと包み込む。残りのパイシートと生地も同じようにする。



- ⑨ 出来上がった生地は、バットなどにのせラップをして冷蔵庫で約30分ねかせる。

- ⑩ 予熱する。角皿に調理網をのせ、上段に入れる。(食品は入れません) 次の操作をする。

自動メニュー 決定 を...

戻る お菓子・パン に合わせる 押す

戻る シュークリーム に合わせる 押す

スタート 予熱開始

- ⑪ 浅角皿に、生地を間隔をあけて並べる。

- ⑫ 予熱が完了すれば、11を調理網にのせる。スタートを押す。

手動でするときは
ウォーターオープン(パン・シュー)・予熱ありの190 で約27分

冷凍パイシートのメーカーによって、焼き上がりの形や色が異なることがあります。

- ⑬ カスタードクリームを絞り出し袋に入れ、シュー皮に穴を開けて詰める。

ベイクド チーズケーキ

材料(直径21cmのタルト型1個分)
320 kcal(1/8切れ) 塩分0.3g

タルト生地

バター	60g
砂糖	40g
卵	M 1/2個分
バニラエッセンス	少々
薄力粉	120g

チーズクリーム

クリームチーズ(やわらかくしたもの)	200g
カッテージチーズ(裏ごしタイプ)	100g
砂糖	90g
卵黄	M2個
コーンスターチ	30g
レモン汁	1/2個分
レモンの皮(国産のものをすりおろす)	1/2個分
バニラエッセンス	少々
卵白	M2個分
レーズン	15g

- 型抜きクッキー(118ページ)と同じようにして生地を作り、冷蔵庫で約1時間ねかせる。
- ボールにカッテージチーズとクリームチーズを入れ、泡立器でよく混ぜる。
- 2に砂糖を加え、泡立器でしっかりすり混ぜたのち、卵黄を加えてなめらかなになるまで混ぜる。
- 3にコーンスターチ、レモン汁、レモンの皮、バニラエッセンスを加えてそのつど混ぜる。



手動加熱

オープン

予熱

角皿・アミ
(予熱目安時間約6分)

下段



下段

焼き上げ

角皿・アミ・浅角皿

- 卵白はツノが立つまで泡立て、4に加えて混ぜる。



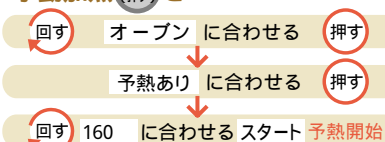
- ラップとラップの間に1の生地をはさんで、めん棒で3mmの厚さにのばし、型にきっちりと敷き詰め、余った縁はめん棒を転がして切り落とす。焼いたときにふくらまないように底と側面にフォークでたくさん穴をあける。

- 6の底にレーズンを散らし、浅角皿にのせて5を流し入れる。

予熱後に調理網に移動しやすいように浅角皿にのせます。

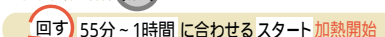
- 予熱する。角皿に調理網をのせ、下段に入れる。(食品は入れません) 次の操作をする。

手動加熱(決定/押す)を...



- 予熱が完了すれば、7を調理網にのせる。次の操作をする。

手動加熱(決定/押す)を...



加熱後、型に入れたまま、粗熱を取る。

アドバイス...加熱後、ラム酒でのばしたあんずジャムをぬって仕上げてもよいでしょう。

スイートポテト

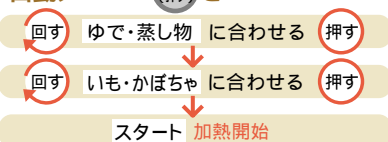
材料(12個分)
128 kcal(1個) 塩分0g

さつまいも(直径5cmくらいのもの)

	2本(1本250g)	
A	砂糖	40g
	卵黄①	M1個
	バター(小さく切る)	70g
	バニラエッセンス	少々
	卵黄②	M1個
	牛乳、はちみつ	各適量

- 水タンクに水を入れる。(水位2)
- さつまいもは皮ごと4等分に切る。角皿に調理網をのせていもを並べる。
- 2を上段に入れる。 次の操作をする。

自動メニュー(決定/押す)を...



加熱後、庫内で約10分蒸らす。

手動するときには
蒸し物(強)で約25分

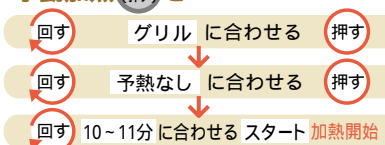
自動メニューのゆで・蒸し物のいも・かぼちゃで加熱すると甘みが増します。急ぐ場合は、皿にのせてラップをして庫内中央に置き、(角皿・浅角皿は入れません)手動のレンジ1000Wで約6分30秒加熱してください。

- 皮をむいて裏ごしする。
- 4にAを加えて混ぜ合わせ、固いようなら牛乳を加えて調節する。

- 5を12等分して形をととのえ、薄くバターをぬった浅角皿に並べて表面に卵黄①をぬる。

- 角皿に調理網をのせ、6をのせて上段に入れる。 次の操作をする。

手動加熱(決定/押す)を...



加熱後、熱いうちに表面にはちみつをぬる。



手動加熱
 蒸し物(強)

水位
 水位2

上段
 蒸し
 角皿・アミ・浅角皿

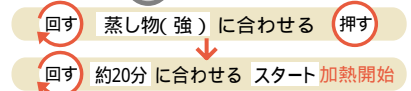
桜もち

材料(20個分)
 99 kcal(1個) 塩分0g mL=cc

道明寺粉	300g
食紅	少々
熱湯	360mL
砂糖	60g
桜の葉(塩漬け)	20枚
こしあん	400g

- ① 水タンクに水を入れる。(水位2)
- ② ボールに熱湯、砂糖、食紅を入れて溶かし、道明寺粉を加えて混ぜ、約30分おく。桜の葉はうすい塩水につけて塩抜きしておく。あんは20等分して丸める。
- ③ 浅角皿にふやかした道明寺粉を平らに入れる。
- ④ 角皿に調理網をのせ、3をのせる。
- ⑤ 4を上段に入れる。 次の操作をする。

手動加熱(決定)を押すを...



加熱後、木じゃくしで軽く混ぜる。

- ⑥ 手に水をつけ、もちを20等分して平たくのばし、あんを包んで水気をきった桜の葉で包む。



手動加熱
 蒸し物(強)

水位
 水位2

上段
 蒸し
 角皿・アミ・浅角皿

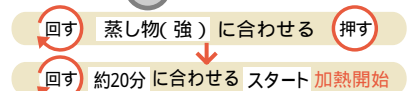
おはぎ

材料(15個分)
 185 kcal(1個) 塩分0g mL=cc

つぶあん	600g
もち米	2カップ(340g)
水	300mL
砂糖	大さじ4
ごま	大さじ5
青きな粉	適量

- ① 水タンクに水を入れる。(水位2)
- ② つぶあんは15等分して丸める。
- ③ 洗ったもち米と水を浅角皿に入れ、約1時間つけておく。
- ④ 角皿に調理網をのせ、3をのせる。
- ⑤ 4を上段に入れる。 次の操作をする。

手動加熱(決定)を押すを...



- ⑥ 5をボールに移しかえて砂糖を加え、水でぬらしたすりこ木で五分づきまでつき、15等分する。

- ⑦ 6のうち10個は2のあんを包み、表面にごま、青きな粉をつける。残りの6は2のあんて包む。



手動加熱
 ウォーターオープン(ロースト)

水位
 水位1

下段
 焼き上げ
 角皿

焼きりんご

材料(4個分) 298 kcal(1個) 塩分0g

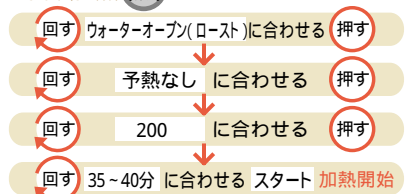
りんご	4個(1個300g)
砂糖	60g
バター	40g
シナモン	小さじ1

- ① 水タンクに水を入れる。(水位1)
- ② りんごはフォークなどで皮に20ヶ所くらい穴を開け、芯抜きなどで底を残して芯を抜き取る。砂糖・バター・シナモンを混ぜ合わせたものを芯をくり抜いた穴に、等分に入れる。

- ③ 深さ6cm程度の底の平らな耐熱容器(加熱後、汁気が出るので、深さが必要です。)にりんごを並べ、角皿にのせる。

- ④ 3を下段に入れる。 次の操作をする。

手動加熱(決定)を押すを...



蒸しパン

材料(ステンレス製プリン型8個分)

179 kcal(1個) 塩分0.1g mL=cc

卵	M11/2個
砂糖	80g
サラダ油	大さじ11/2
牛乳	120mL
A〔薄力粉	160g
ベーキングパウダー	小さじ1
甘納豆	50g
紙ケース	8枚

- 1 水タンクに水を入れる。(水位2)
- 2 ボールに卵を割り入れ、砂糖を加えて泡立器でよく混ぜる。

③2にサラダ油を加えて混ぜ、牛乳も加えてサッと混ぜ合わせる。Aを合わせてふるい入れ、ダマが残らないように手早くへらで混ぜ合わせて甘納豆を混ぜこむ。

④プリン型に紙ケースを入れ、生地を等分に入れて角皿にのせる。

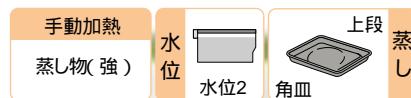
⑤4を上段に入れる。次の操作をする。

手動加熱(決定/停止)を...

回す 蒸し物(強)に合わせる 押す

回す 約14分 に合わせる スタート 加熱開始

アドバイス...抹茶やココアをふりかけたり、市販の煮豆や小さく切ったチーズを生地に加えるなど、アレンジが楽しめます。



オムレット

材料(8個分)

241 kcal(1個) 塩分0.2g mL=cc

A〔ホットケーキミックス	200g
牛乳	150mL
卵	M1個
砂糖	20g
ホイップクリーム、好みのくだもの	各適量
オープン用クッキングペーパー	

- 1 水タンクに水を入れる。(水位2)
- 2 Aの材料を全て混ぜ合わせ、なめらかにする。
- 3 浅角皿にオープン用クッキングペーパーを敷き、生地をだ円形に4枚のばす。

④角皿に調理網をのせ、3をのせる。

⑤4を上段に入れる。次の操作をする。

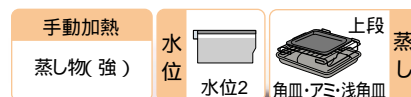
手動加熱(決定/停止)を...

回す 蒸し物(強)に合わせる 押す

回す 約7分 に合わせる スタート 加熱開始

⑥加熱後、オープン用クッキングペーパーからはずし、生地よりひとまわり大きく切ったラップにのせかえてホイップクリームやくだものをはさんで折りまげる。残りの生地も同じようにして加熱する。

残りの生地を加熱する際、庫内天面に付いた水滴は、ふき取ってください。



蒸しロールケーキ

材料(浅角皿2枚分)

274 kcal(1/8切れ) 塩分0.3g

卵	2個
砂糖	120g
薄力粉	140g
ベーキングパウダー	小さじ2
抹茶	小さじ2
水	大さじ4
*バナナロール(浅角皿1枚分の生地を巻く)	
〔バナナ	11/2本
こしあん	120g
*いちごまんじゅう(浅角皿1枚分の生地を8等分して包む)	
〔いちご	8個
こしあん	160g

抹茶、粉砂糖 各適量
キッチンペーパー

- 1 水タンクに水を入れる。(水位2)
- 2 卵は卵白をツノが立つまで泡立て、卵黄、砂糖を加えて白っぽくクリーム状に泡立てる。
- 3 薄力粉にベーキングパウダー、抹茶を加えて混ぜ、ふるいにかけておく。
- 4 2に3を加えて、ゴムべらでサクリリと合わせ、ぼったりとした感じに水で固さを調整し、生地を作る。

⑤浅角皿にゆるく絞ったふきんを敷き、その上にキッチンペーパーをのせて、生地の半量を正方形に流す。

⑥角皿に調理網をのせ、5をのせる。

⑦6を上段に入れる。次の操作をする。

手動加熱(決定/停止)を...

回す 蒸し物(強)に合わせる 押す

回す 約10分 に合わせる スタート 加熱開始

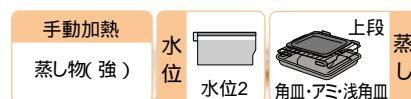
残りの生地も同じようにして加熱する。残りの生地を加熱する際、庫内天面に付いた水滴は、ふき取ってください。

*バナナロール

バナナは皮をむき、こしあんでおく。加熱後、浅角皿から取り出し、生地を裏返してキッチンペーパーをはがし、紙をはがした方が表面になるようにこしあんを包んだバナナをのせ、それを芯にして巻く。

*いちごまんじゅう

こしあんを8等分してそれぞれでいちごを包んでおく。加熱後、浅角皿から取り出し、生地を裏返してキッチンペーパーをはがし、8等分に切る。紙を



はがした方が表面になるように、いちごをこしあんを包んだ上にかぶせて、生地をつまみ合わせて包み、ラップで包んでしばらく置いて、形を落ち着かせる。

8等分した生地が長方形のため、少し包みにくいことがあります。生地をつまむように合わせていくと丸く包めます。