

01 / シュークリーム

正式には、クリームをつめたシュー「シュー・ア・ラ・クレーム」といいます。フランス語で「シュー」は、なんと「キャベツ」を意味するんですよ。確かにその見た目はキャベツのように見えなくもないですよ。その歴史は古く、プチシューやエクレア、パリプレストなど、シュー生地をつかったお菓子はバリエーションも豊富。子どもから大人まで幅広い方々に愛され続けている定番中の定番スイーツを、東京製菓学校のスペシャルレシピでつくってみましょう😊🎵



STEP.1 🍞 パータ・シュー(シュー生地)

Ingredients

バター.....50g
 水.....50g
 牛乳.....50g
 塩.....0.5g
 薄力粉.....50g
 全卵.....120g(約2個)

Directions

- 1 鍋にバター、塩を入れ火にかけ軽く混ぜながらバターを溶かす。
- 2 バターが溶けて全体が沸騰したら鍋を火からおろし、篩った薄力粉を一度に加え手早く混ぜる。
- 3 再度中火にかけ、約45秒位混ぜる。(火どりをする)
- 4 火からおろし、良くほぐした卵を1/4程度加えてよく混ぜる。
- 5 良く混ぜたら1/4程度卵を加え、硬さを調節する。
- 6 生地の硬さは、すくって持ち上げた時、ゆっくりとつながって落ちる程度が目安。
- 7 天板にオープンペーパーを敷き、直径4~5cmのドーム状に絞る。
- 8 霧吹きで表面にたっぷり水をかけ、200℃オーブンで約15分位、170℃で10分位焼成する。

STEP.2 🍞 クレーム・パティシエール(カスタードクリーム)

Ingredients

牛乳.....400g
 卵黄.....80g(4個)
 砂糖.....80g
 薄力粉.....16g
 コーンスターチ.....16g
 バニラエッセンス.....3滴程度
 生クリーム.....100g

Directions

- 1 鍋の中に牛乳と、砂糖の1/3くらいを入れて火にかけ、沸騰直前まで加熱する。
- 2 ボールに卵黄を入れて良くほぐし、残りの砂糖を入れ良く泡立てる。
- 3 1の牛乳を2に加えて良く混ぜ、茶こしでこす。
- 4 3を鍋に入れて中火にかけ、良く混ぜ続ける。
- 5 中心までしっかりと沸騰したら、約30秒加熱する。
- 6 ボウルに移したら落としラップをして、冷凍庫で一気に冷やす。
- 7 冷えたら良く泡立てた生クリームを加え、良く混ぜる。

STEP.3 🍞 仕上げ

シュー生地の中にクリームを絞り込み、粉糖をかけて出来上がり😊🎵