

そば打ちプラス研究会の昼食

そばプラスはそば打ちの練習で打ったそばの余剰分を美味しく食べられることが出来るメニューなどを研究しています。メンバーは高段位取得を目指している方が多いため、粗挽きの十割そばを再利用したメニューが多くなります。粗挽き粉は、そばの風味などがより活かせるものとなり、とても美味しいものができます。

さて、GWも終わり、当会も本格的に活動を始め、本日の研究課題はシフォンケーキで、小麦粉(薄力粉)の代わりに五段位の練習で打ったそばを使って、ココア、紅茶、バナナなどなどで味や香りを足しました。

昼食は試食を兼ねてシフォンケーキに生ハム等のサラダを添えたものをいただきました。シフォンケーキを作る重要なポイントは泡立て、乳化、空気抜き等の作業で、これはそば打ちに通じるものを感じました。レシピの欲しい方は本部事務局まで問い合わせください。

(5/13 リーダー:等々カ直美 担当:山室恵美子 センター運営部:萩原)





研究するメニューは、提案した会員が担当になり、レシピの紹介等を行い、会員全員で実習及び試食し、より良い調理方法等を研究し、レシピとしてまとめています。

今回のシフォンケーキは、粗挽きそば粉の特徴が十分に活かされとても完成度の高いものになりました。

