



北部地区代表（恩納支店）

大好き！みんなのおやつノート

恩納小学校5年 ちばな 知花 きき 喜喜

私はおかし作りが大好きです。将来の夢はパティシエになることです。

私は保育園に行っていなかったので毎日家でお母さんとあそんでいました。ある日、お母さんがおやつホットケーキと一緒に作ろうと言って、料理上手なお母さんと一緒にホットケーキを作ってみました。初めての体験でとても楽しくて、一生懸命作りました。お母さんから「粉をポリ袋に入れると混ぜやすいよ」と聞いて、試してみましたが、粉をふった時にポリ袋が破裂してしまって粉まみれになってしまいました。焦がしてしまったりしたけど、お母さんが助けてくれて何とか仕上がりました。食べてみるととてもおいしくて、その日から私はおかし作りに夢中になり、毎日お菓子作りをするようになりました。家族の誕生日ケーキを手作りしたり、お世話になっている人や友達にプレゼントしたりしています。

そんな時、農協で働いているおばあちゃんが「ちゃぐりん」のバックナンバーを持ってきてくれて、それに載っていた「みんなのおやつノート」のページを見つけた時私は「これだ！」と思い、おばあちゃんが毎回ちゃぐりんを持ってくるのがとても楽しみになりました。友達と遊ぶ時もちゃぐりんを見てお菓子作りをしていました。例えば、大学芋、カラフル白玉、アイスクャンディー、ヨーグルトケーキ、豆乳プリンなどです。

しかし、毎日使っていたオーブンが壊れてしまい、オーブンを使ったお菓子を作る事ができなくなってしまいました。そこで、お母さんのアドバイスで、冷蔵庫で冷やし固めるものや蒸し器を使うものを作ったり、フライパンで焼くなど工夫してお菓子を作りました。それを見ていたお父さんがなんと、誕生日にオーブンを買ってくれたのです！

オーブンが届いた日、私とお母さんは大喜びで、ワクワク・ドキドキですぐにプリンやチーズパン・シフォンケーキなどを作りはじめ、一日中作っていました。それから私はますますお菓子作りが好きになりました。

ちゃぐりに載っていた「ホットケーキミックスで今すぐおやつ」では、ホットケー

キックスを自分で作ってみたりしました。そして、材料にもグラニュー糖を黒糖に、牛乳を豆乳に、ベーキングパウダーはアルミニウムフリーのものを使い、着色料は使わないなど、できるだけ体にやさしいものを使うようにしています。

お母さんからは、「米粉は体に優しくて失敗知らずだよ」と聞いて、ちゃぐりんに乗っていたお米の粉のドーナツというのを作ってみました。

小麦粉で作った時と味が変わり、おいしくて、私は米粉が気に入りました。

そんな時、ちゃぐりんの2012年10月号に載っている「もぐもぐ研究所」を読んで、日本人の米の消費量がどんどん減っていつの間にか減っていることを知りました。そこで、お米を余ませない工夫として作られたのが米粉だということも知りました。なので私は、これからは、米粉を作ってお菓子を作ると決めました。ちゃぐりんやいろんなレシピの本から、米粉を使ったレシピを切り抜いて作っていました。

小さい時からお母さんから目分量での作り方も習っていたので今では、それらをもとにして米粉を使ったレシピも自分で考えられるようになりました。親戚のおじさんが恩納村でフルーツを出荷しているので、よくうちに持って来てくれます。そこで、それを使って自分で考えた「バナナとドラゴンフルーツのケーキ」を紹介したいと思います。

まず材料を説明します。米油大さじ1、豆乳大さじ1、生クリーム100g、ベーキングパウダー1g、ドラゴンフルーツとバナナ適量、米粉35g、オーガニックシュガー30g、佐藤お好み、卵白2個分、卵黄2個分。

次に、作り方を説明します。はじめに、ボールに卵白を入れてハンドミキサーで泡立て、オーガニックシュガーを3回に分けて入れます。つのが立つくらいのメレンゲを作ります。次に卵黄を1つずつ入れて、その度にミキサーで泡立てます。そして米粉とベーキングパウダーをふるいに入れて、ゴムべらで混ぜます。途中で豆乳と米油を入れてまぜ、クッキングシートをしいた型に入れます。それをオーブンで190℃で13~15分焼きます。これでスポンジケーキは完成です。次にバナナの皮をむき一口大に、ドラゴンフルーツは細かく切ります。ドラゴンフルーツを少し残してこしきに入れ、スプーンでつぶします。生クリームがピンク色になってきたら泡立てます。それから冷ましておいたスポンジケーキに先ほどのクリームをぬり、余った果物を乗せて巻いて冷蔵庫で冷やします。お好みで砂糖をかけて出来上がりです。以上レシピを紹介しました。

次に私が今まで作ったスイーツを紹介します。これはベリーソースのバースデイケーキです。工夫したことはベリーソースも自分で作り、ソースで生クリームも染めて白とピンクで2色作って飾ったことです。次にイチゴをハート形に切ってクッキーを作って

トッピングしたバースデーケーキです。これは生クリームをビーツでピンク色に染めてホットケーキを重ねて作りました。こちらはチョコケーキとパウンドケーキを2種類焼いてお花型にデコレーションしました。飾ってあるミントも家で育てたものです。これはブルーベリーのパンナコッタです。ホームパーティーに呼ばれたときに、差し入れて持っていきました。これはパンの代わりにくるまふを使って作ったフレンチトーストです。5つ並べてオリンピックの形にしました。

お菓子作りは自分のアイディア次第でなんでもできるところが好きです。みんなが集まって私が作ったお菓子を食べておしゃべりしながら感想やアドバイスを言ってくれて、とても勉強になります。私は2017年1月号に載っている「みんなのおやつノート」が一番大好きでした。そのコーナーは終わってしまいましたが、今後もちゃぐりんを読んで素材や作り方などを研究して、いろいろなお菓子を作りたいです。