



# さつまいものロールケーキ



## 材料

- ロール生地…1枚(20cm×25cmぐらい)
- A(●卵黄…2個 ●砂糖…10g)
- B(●卵白…2個 ●砂糖…30g)
- C(●片栗粉…20g ●ココアパウダー…6g)
- 食塩不使用バター…10g
- 焼芋…皮をとって180g 1cm角ぐらいに切る
- D(●生クリーム(乳脂47%)…100g)
- 砂糖…20g
- ラム酒…小さじ1(なくてもよい)

※出来上がり1/8切分の栄養量です。

栄養量	・エネルギー…162kcal	・脂質…8.5g	・カルシウム…23.1mg	・食物繊維…1.0g
	・たんぱく質…2.3g	・炭水化物…19.1g	・鉄分…0.5mg	・食塩相当量…0.1g

## 〈ロール生地〉



①オーブンを220℃に予熱します。クッキングシートで20cm×25cmぐらいの型を作って天板にのせます。



②①の卵黄2個、砂糖10gを小さいボウルに入れ砂糖が溶けるまで泡立て器でよく混ぜます。②の片栗粉20g、ココアパウダー6gを粉ふるいで振ります。食塩不使用バター10gを小さいボウルに入れ、湯煎で溶かします。

③①の卵白を油の付いていないボウルに入れ(油が付いているとうまく泡立たなくなるので注意)、泡立て器で卵白のこしを切りながら泡立てます。全体が白くなって泡が小さくなってきたら、砂糖を半量(15g)加え、更に泡立てます。砂糖が溶けたら残りの砂糖(15g)を加え、やわらかい角が立つくらいまで泡立てます。泡立て過ぎないように注意します。

④③のボウルに②の卵黄を加え軽く2、3回混ぜます。泡をすこし(大さじ2杯分ぐらい)②のバターのボウルに入れバターとよく混ぜます。②の振った粉を③のボウルに入れ、泡立て器で大きく5回ぐらい混ぜます。泡立て器をゴムべらに変え、ボウルの底をこすって生地をひっくり返すようにしながら3回ぐらい混ぜます。泡を混ぜたバターを加え、更に5回ぐらい混ぜます。混ぜすぎると泡がつぶれてしまうので、粉が見えなくなって全体がほぼ均一になればよいです。

⑤④の生地を①の天板にのせたクッキングシートの型に流し、200℃で10分程度焼きます。表面が乾いてすこし色が付きはじめるくらいになればOKです。焼けたら涼しい所で粗熱をとります。

## 〈フィリング〉



- ①焼芋の皮をむいて1cm角ぐらいに切ります。
- ②①の生クリームと砂糖をボウルに入れ、底を氷水又は保冷剤に当て生クリームを泡立てます。角が立つぐらいになったらラム酒小さじ1(なくてもよい)加え、角がたおれないぐらいの固さまで泡立てます。(泡立て過ぎに注意。ぼそぼそになってしまいます。)
- ③②に①の焼芋を加えゴムべらで混ぜ、ひとかたまりにしておきます。

## 〈ロールケーキ〉



①焼き上がったロールのシートをきれいな調理台の上にひっくり返し、クッキングシートをはがします。はがしたクッキングシートの上に焼いた生地を元通りにのせます。生地の上にさつまいものフィリングをのせ、形を整えます。クッキングシートを巻きすのよう使い、太巻き寿司のように巻きます。冷蔵庫で20分ぐらい冷やして落ち着かせます。包丁で切って皿に盛り付け、ココアパウダー(なくてもよい)を振りかけます。アイスクリームともよく合います。