

大阪あべの辻製菓専門学校

「辻調グループ校」の別科通信教育講座でパンづくりを学ぼう

自宅で焼き菓子を製造し、宅配販売をしている「ゆう工房」のたけおひろみさんが、辻製菓専門学校の製パン技術講座をスタートして半年が過ぎた。パン生地の扱いや、材料の選び方などにも、かなり進歩を遂げているようだ。

今月のテキストはこんな感じです

第13課 材料①小麦粉
小麦粉の特性を知る

第14課 ソフト系のパン①
ソフト系のパンを作る



第13課では、理想のパンを焼くために不可欠な小麦粉の特性を学ぶ。第14課のテーマはソフト系のパン。



表面に卵を塗り、あられ糖とスライスアーモンドをのせて、温めたオーブンに入れて15分焼く。



甘い香りとともに焼きあがったツOPPフは、きれいに三つ編みの形も出て、大成功。

裏返しにして編むのがポイントです



残りの半分を編むのだが、ここがポイント。上下が反対になるように裏返してから編む。こうすると先ほどと同じように編んでいける。先端は裏に折り上げる。



生地のとじめを下にして、間隔をあけて並べる。まず真ん中から下半分を順に編み込んでいく。



2本を交差させ、交差させた1本と残りの1本を交差させる。端まで編み、先端を裏へ折り込む。



ツOPPフの生地は卵がたくさん入っているが、水分量は少なめで、しっかりとしている。成形するときはレーズンが表面に飛び出ないように注意。



棒状の生地を手でしっかりとつぶし、2つ折りにしてから、転がしながらのぼす。



レーズンが飛び出ないように、長さ25cmくらいにして、両端は細めにする。



発酵後の生地は60gに分割し、ベンチタイムをとり、手でつぶしてしっかりとガス抜きする。



3つ折りにして、棒状にまとめたら、三つ編みする前にもう一度休ませる。

べたつかず
とても扱いやすい
生地です



今月は
ツOPPフにチャレンジ!

ドイツ語で「おさげ髪」を意味するツOPPフは、生地を三つ編みにしたドイツの伝統的な菓子パンだ。卵とバター配合量が多く、口当たりは軽く、ほんのりと甘い。長さは20cmほどと、ボリュームもあるので、見た目にもインパクトのあるパンだ。



たけおさんはネットショップ「お菓子のゆう工房」で働いています

お菓子のゆう工房

<http://ukobo.com>

安全な素材にこだわった、手づくりの焼き菓子専門店。添加物を一切使わない、国産のバターや小麦粉を使ったクッキー約30種、パウンドケーキ約15種類などを提供するほか、オリジナルクッキーの注文も受けている。

学ぶ人



たけおひろみさん

福岡は大阪の有名洋菓子店に勤め、夜は辻製菓専門学校に通い、2001年7月「ゆう工房」を自宅で開業。焼き菓子の卸・ネット販売を行なっている。

質問票で講師からきめ細かなアドバイス

開校して以来、約半世紀、日本で活躍するプロの料理人、パティシエ、パン職人を育ててきた辻調グループ校。大阪校を中心に、現在は東京、リヨンなど、グループ校は国内外7校にまで広がっている。同様に卒業生からも、日本だけでなく海外へと活躍の場を広げている。長年に培った教育ノウハウと強力な教授陣を結集し、2002年には別科通信教育講座も開講した。すでに西洋料理、日本料理、中国料理、製菓通信講座では多くの修了者を輩出しているが、2003年に

は新たに製パン技術講座も開講された。講座は毎月送られてくるテキストノートと、講師の手元までしっかり見られる講義・実技を収めたビデオ教材「ビデオまたはDVD」で進められ、月々3〜4品のレシピが紹介され、1年24講座で約50のレシピが身につく。途中、5日間30時間のスクーリングもあり、プロの指導を受ける機会も用意されている。これからパン業界で働きたい人、すでに仕事をしたい人がより知識と技術を向上させたいと望んでいる人におすすめだ。

「夏は仕事も一段落」というゆう工房のたけおひろみさん。ちょうど、先月送った質問票に先生からの返事が来た。「生イーストとドライイーストを置き換えるときの割合、家庭用のオーブンで下火を利かせる方法などの質問に、的確な答えが得られました。ホイロでの発酵の代わりに、冷蔵庫で低温長時間発酵するときの目安時間については、「つくりたいパンの特徴によるので、実験を重ねてください」とありました。やはりパンづくりのプロになるには、近道はないのだなと思いました。今月は、大阪の辻製菓専門学校で行われたスクーリングにも参加し(詳細は次号でレポート)、パンづくりにもプロ意識が芽生えてきたたけおさんだ。

今回は13課で小麦粉の特性を学び、トーストにぴったりのハードトースト、口どけのいいやわらかなパン・ド・ミのレシピが紹介された。ここまではハード系の食事パンを多く勉強してきたが、14課

以降はソフト系のパンがいろいろ登場する。たけおさんは、教材が届いたときから、今回つくった「ツOPPフ」に惹かれて、すぐにトライしたそう。「三つ編みに、あられ糖をあしらったかわいい形が魅力的でした。初めてつくったときは、テキスト通りにフランス粉を使いましたが、これまでの講座でフランス粉の代わりに強力粉と薄力粉をブレンドして同じように焼き上げることができるといことがわかったので、今日は強力粉と薄力粉を半々でつくってみます」。粉選びはできあがりのパンの食感を考えて選ぶ。たとえば、ハード系のパンはサクッと歯切れよく仕上げたいので主にフランス粉を、ボリュームを出したいソフト系のパンにはグルテンをつくるタンパク質が多い強力粉を選ぶことが多い。ツOPPフは編み目をくっきり出して焼き上げたいので生地はある程度かための方がよい。そのため水分量がやや少なめで、ミキシングは3段階に分かれる。まず、

水と卵、粉、砂糖、塩、脱脂粉乳、生イーストを全体にまとまるまで捏ねて、バターを加える。バターが加わると、生地全体がやわらかく、べたつとした状態になるが、ミキシングを進めていくと、滑らかで均一になる。最後にレーズンを入れるが、混ぜすぎるとレーズンがつぶれて、生地に色が生じむので全体に混ぜたら、ミキシングを終了する。

しておく。その後、手で転がして、細長くした生地3本で、いよいよ三つ編みにしていく。「髪を編むように、根元から編んでいくのかと思っていたら、真ん中から上下別々に編みますね。下半分を編んだら、裏に返す。こうすると残りも同じように編んでいけるんです。なるほど!」。

室内の温度はエアコンで調整しているとはいえ、30℃近くあり、発酵はホイロを使わず、様子を見つつ、室温で。「暑いので、発酵過多にならないように、テキストの規定時間より早めに状態をチェックします」。生地の表面をそっと触り、指のあとが残るようなら発酵は完了だ。成形では三つ編みが入るので、他のパンより生地をさわることが多くなる。生地を休ませるために、ベンチタイムを2回はさむのもポイントだ。まず分割・丸めの後に15分のベンチタイムをとった後、しっかりとガスを抜いて棒状にし、またしばらく休ませる。レーズンが表面に出てきてしまったら、この段階で中に戻

最終発酵はホイロに入れ、35℃で40分。焼成では、いつもは規定温度より20℃下げて使っているオーブンだが、焼成時間が15分と短いので10℃だけ落とし。粒子の細かい薄力粉と粗い強力粉をブレンドしたためか、ミキシングの初期でダマができていたのが気になっていたが、ふっくら焼けたパンを割ってみても、ダマになっところはなく、きめ細かくほんのり黄色のクラムが現れて、ひと安心。焼き上がりにはたけおさんも大満足だ。「レーズンが入った甘い生地なので、パネトトーネのようにカップに入れて焼いて、クリスマス商品の意欲を見せるほどに、自信ができてきたよな」。

大阪あべの辻製菓専門学校

「辻調グループ校」の別科通信教育講座でパンづくりをめざそう

自宅で焼き菓子を製造し、宅配販売をしている「ゆう工房」のたけおひろみさんが、辻製菓専門学校の製パン技術講座をスタートして半年が過ぎた。パン生地の扱いや、材料の選び方などにも、かなり進歩を遂げているようだ。



今月のテキストはこんな感じです

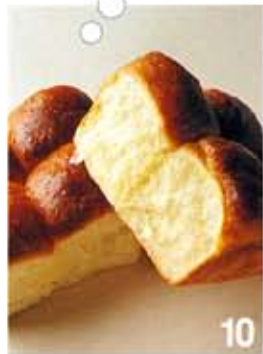
第15課 材料②砂糖、卵、油脂
砂糖、卵、油脂が生地に与える影響を学ぶ

第16課 ソフト系のパン②
油脂や副材料が多いソフト系のパンを作る

砂糖、卵、油脂により、生地がどんな状態になるか、焼き上がったパンがどのような風味、食感になるかを学ぶ。



型に入れて焼いたナンテールはふんわり



途中、生地からバターが染み出すなど不安もあったが、焼き上がりは上々。テートとナンテールでは大きさの違いで微妙に味わいも違うという発見もあった。

生地の半分は生地を型に入れて焼く「プリオッシュ・ナンテール」した。



発酵後のやわらかい生地表面に、刷毛でつや出しの卵をまんべんなく塗る。



頭の部分が大きくなりすぎないように、胴体部分とバランスをとって成形。



頭の部分が切れないようにそっと指先でつまみ、型に入れ、頭の部分を中央に押し込む。



分割後は一度ベンチタイムをとり、冷えた生地を柔らかくする。

バター入りの生地はやさしく成形します



成形は、丸めた生地の3分の1のところに小指をあてて転がし、頭の部分をつくる。さわりすぎると表面が荒れてしまうので注意する。



材料はフランス粉と粉の半量ぶんのバター、卵と卵黄、砂糖など。



一次発酵後、長時間、冷蔵庫で寝かした生地の表面は網状に。



冷蔵庫に入れていても発酵するので、分割前に手のひらでつぶす。

今月は
プリオッシュに
チャレンジ!



バターと卵がたっぷり入った、お菓子のようリッチなパンがプリオッシュだ。「プリオッシュ・ア・テート(頭つきプリオッシュ)」と呼ばれる、ヨーロッパの修道女を模したユーモラスな形のがポピュラーだ。型に入れて焼いたり、お菓子仕立てしたり、バリエーションが広がる生地だ。



たけおさんはネットショップ「お菓子のゆう工房」で働いています

お菓子のゆう工房

<http://ukobo.com>

安全な素材にこだわった、手づくりの焼き菓子専門店。添加物を一切使わない、国産のバターや小麦粉を使ったクッキー約30種、パウンドケーキ約15種類などを提供するほか、オリジナルクッキーの注文も受けている。

学ぶ人



たけおひろみさん

昼間は大阪の有名洋菓子店に勤め、夜は辻製菓専門学校に通い、2001年7月「ゆう工房」を自宅で開業。焼き菓子の卸・ネット販売を行なっている。

スクーリングが技術の向上にプラス効果

7校のネットワークが広がる辻調グループは、創立以来約半世紀、「本物を教えた」という教育理念のもと、日本の料理、製菓界で活躍する人材を育ててきた。2002年に、日本、西洋、中国料理、製菓、2003年に製パン技術講座の通信教育も開始した。技術、知識ともに最先端をいく教授陣と、独自に開発されたオリジナル教材により、1年間の在宅学習で着実にプロとして通用するまでに腕を磨くことができる。ビデオまたはDVDに納められた講師による講義と実技を見ながら、テキストにメモを書き入

れ、自宅での実践データも加えて書き入れていくことで、自分だけの貴重な資料になるのだ。製パン技術講座は1年24課で構成され、様々なパンのレシピを約50種類学べるだけでなく、パンの各工程や材料の知識を深めることで理想のパンを焼けるように、カリキュラムが組まれている。さらに6回の任意提出レポート、4回の筆記試験、5日間30時間のスクーリングで、知識が身についているかを確認する機会も用意されている。学習中に出る疑問には、質問票の提出で講師から直接回答を得ることもできる。

都合により、8月は卸売りのみに絞って注文を受けていた「ゆう工房」も、9月に入り通販を再開。たけおひろみさんの毎日に、忙しさが戻ってきた。8月の末に、大阪でスクーリングに参加したたけおさんは、講師から直接指導を受け、それまで自宅で学習した知識や技術を実のあるものにしたようだ。特に、今回挑戦したプリオッシュはバターの分量が多く、まだ気温が30℃を超える時期に作るの、なかなか困難だ。「スクーリングであらためて、温度管理の大切さを感じました。ミキシングを終えたら、必ず温度計でこね上げ温度を確かめて、発酵時間や室温を調整し、自分なりの工夫をしてパンを焼くということも覚えましたね」。そこで、今回は粉などの材料も冷やし、ミキシング中もミキサーが稼働によって熱を帯びてくるため、ミキサーボウルに氷水をあてるなどして、こね上げ温度が高くなり過ぎるのを防ぐ工夫をした。

先月からソフト系パンの勉強が始まった。粉、水、イースト、塩があればパンをつくるのはできるが、ここに砂糖、卵、バターやショートニングなどの油脂をプラスすることで、風味や食感に変化をつけることができる。今月のテーマはパンづくりにおける砂糖、卵、油脂分の働き。砂糖は甘みをつけるだけでなく、焼き色や香ばしさを与える。一方で多く配合するとグルテンのつながりを邪魔して伸びにくい生地になったり、イーストの働きを鈍くすることもある。卵も風味を与え、生地に水分を保ち、口当たりのやわらかくするほかに、水と油を仲介する乳化剤の役目も果たす。油脂を配合すると、さくっとした食感になり、よく伸びてボリューム感も出る。

たけおさんは製菓を学んでいた学生時代、授業でプリオッシュをつくったことがあった。「お菓子のようリッチなパンなので、とても興味があります。今回はもう一度、1から勉強し直しました。

た」。使う粉は、たんばく質が多い強力粉ではポリウムは出ても、気泡が粗くなりバサつくこともあるので、テキスト通り、フランス粉を使用。卵が入るため、最初はまとまりがなく生地がベタつくが、だんだんつながってよくなるようになってくる。「まとまりはしたけれど、スポンジ生地のようにふわふわになっただけじゃありません。焼き上がりが心配です」。油脂が多いのでこね上げ温度は他のパンより低めの24℃が目標だ。氷水をあてて、たけおさんは23℃でこね上げた。低いぶんには影響はないだろう、という判断だ。60分発酵させたら、生地を縮めて、分割しやすくなるように冷蔵庫で寝かす。6時間後、生地は冷えて堅くなっていたが、室温が高いので作業は手早く行なわなければならない。プリオッシュ・ア・テート用に35g、プリオッシュ・ナンテール用に20gずつ分割し、生地がやわらかくなるまでベンチタイムをとる。そして丸め直しをする。「丸めはDVDで先生の手元を見ながら、真似をしながらやってみました。スクーリ

ングで実際に指導を受けて、手の丸め方が違ったようです。やっとマスターできたような気がします」。

プリオッシュ・ア・テートの成形は染しみのひとつだ。丸い生地の端から3分の1に小指を当てて転がすと、小さな頭ができる。頭の部分を指先でつまんで型に入れ、頭を中央に据え、ぎゅっと押し込むようにする。ナンテールは、パウンド型にボール状の生地を並べる。最後の卵を塗る作業にもスクーリングの成果が現れた。たけおさんは、丁寧にむらなく塗ることが均一な焼き色をつけるポイントだと思っただけ。いつものように、テキストの設定温度より低くしたガスオーブンで12分。焼きあがったプリオッシュは、ややテートが中央からずれたものの、味はいい。クラムのキメも細かく、ふくらみも十分。プリオッシュ・ア・テートとナンテールでは、大きさの違いで味わいや食感が異なるのもおもしろい。スクーリングで作業のひとつひとつの意匠を確認したことで、たけおさんの腕に確かな技術が宿ってきたようだ。

今月のテキストはこんな感じです



第17課 材料③イースト
イーストの働きと種類を学ぶ

第18課 菓子パン
中種法で菓子パンを作る

17課はイーストの特性を学び、レーズン酵母のパンをつくる。18課の課題は砂糖の多いソフトな菓子パン。



8 手のひらにつぶした生地をのせ、包み込むように持ち、あんを入れて生地を回し、詰めながら丸く形づくっていく。



10 オープンから出したパンはすぐにショックを与えて天板から離す。



9 あんパンを天板にのせ、水で塗らした麺棒で表面にけしの実をつけていく。



6 丸め直したパンの閉じ目をつまみ、グラニュー糖を表面にまんべんなくつける。



7 天板にのせたメロンパンは表面に格子模様をつけ、ホイロで最終発酵させる。

あんこは冷たいほうが詰めやすいみたい



4 一晩寝かせておいたメロンパンのクッキー生地を丸め直して、やわらかくする。

クッキーとパン生地はぴったりくっつけます



5 円形に伸ばしたクッキー生地の上に、丸めておいたパン生地をつぶして貼り合わせる。クッキー生地はあまりさわり過ぎると、ホロホロとした食感がなくなるので注意する。



1 先に仕込み、発酵させておいた中種。砂糖の多く入る生地に適した製法。



2 卵やコンデンスミルク、油脂類が多めに配合されているので、生地はベタつく。



3 生地がまとまりにくく、捏ね時間を長くしたせいか捏ね上がり温度は少々高め。



今月は菓子パンにチャレンジ!

日本生まれのあんパンとカスタードクリームを詰めて焼いたクリームパン。クッキーとざらっとした砂糖の食感が楽しいメロンパン。そしてバターが多いクッキー生地を表面に絞り出したクッキーパン。今月はソフトなパン生地からなる菓子パンをつくる。

学ぶ人



たけおひろみさん

昼間は大阪の有名洋菓子店に勤め、夜は辻製菓専門学校に通い、2001年7月「ゆう工房」を自宅で開業。焼き菓子の卸・ネット販売を行っている。

たけおさんはネットショップ「お菓子のゆう工房」で働いています

お菓子のゆう工房

http://ukobo.com



安全な素材にこだわった、手づくりの焼き菓子専門店。添加物を一切使わない、国産のバターや小麦粉を使ったクッキー約30種、パウンドケーキ約15種類などを提供するほか、オリジナルクッキーの注文も受けている。

作業をしながらも手順をチェックできるDVD

日本の料理、菓子、パン業界で活躍するプロたちの多くを輩出している辻調グループ校は、長年の教育経験と幅広いネットワークを利用し、2002年に別科通信教育講座を開講した。料理、製菓技術講座、そしてパン職人を志す人のニーズに応え、製パン技術講座もあり、通学が難しい人、すでに社会人として働いている人にも、プロの知識と技術が学べるようになった。講座は1ヶ月に2課進み、1年24課を終えて修了となる。カリキュラムは強力な講師陣がアイデアを出

し合い、さまざまなパンづくりを通じて、粉やイーストなどパンの主材料の扱い方や、ミキシング、発酵、成形、焼成など、製パンの過程を追って、その意味や作業のこつをも学べるように組まれている。勉強はテキストノートとビデオ教材(ビデオまたはDVD)で行うが、生地の状態や作業の手元をじっくりと観察でき、繰り返し確かめることもできると、受講者にも好評だ。また、30時間のスクーリングに参加して、講師の直接指導や情報交換ができる機会もある。

たけおひろみさんが通信教育講座で製パン技術の勉強を始めて9ヶ月目に入った。講座で基本的な製造の流れを学んだところで、指導は「指先の感覚を養い、自分流のパンのつくり方を編み出す」ことに重点が置かれるようになってきた。17課ではパンを膨らませる大事な要素であるイーストの勉強が課題となった。これまでの課でなげなく使ってきたイーストだが、パンの特徴によって使い分けすることが大切だ。顆粒のドライイーストは、粉と水と塩でつくるリーンなハード系パンに向き、伸びのよい生地ができる。インスタントドライイーストは粉に直接混ぜ込むことができ、無糖生地、有糖生地用の2種類があるのでパンの種類に応じて選べる。固形の生イーストは砂糖を配合したソフト系のパンに用いられることが多い。もうひとつ、最近注目を集めているイースト菌に自家製酵母がある。17課では、レーズンと水で発酵種を起こし、時間をかけてフランス粉で継

いだルヴァン・ナチュレルの製法も学んだ。たけおさんも自家製酵母のハード系パンには興味津々なのだが、また技術に少々不安があるそう。「パンづくりに慣れ始めたところなので、講座を終えて、パン生地の特性をよく理解できたら挑戦したみたいだ」。今回は18課の菓子パンをつくることにした。

香りが残るのが特徴だ。中種生地を捏ね、90分発酵後、本生地の材料と合わせる。「教材でもスクーリングでも、とにかく先生がおっしゃるのは生地をさわって、状態を確かめることが重要だということです。今回の生地は卵も油脂類なども多く、かなりべたつく生地。DVDで生地の状態をとにかくよく見比べました」。本捏ねを始める生地はボールにべったりと張りつく状態が続き、調整水を入れるか迷ったが、秋の乾燥した湿度を考慮して加えることにした。途中、生地をかきとりながら1〜3速へスピードを上げ、7分ミキシングしたが、生地を触ってみるとまだ滑らかとは言えなかったためもう2分続ける。その結果、捏ね上げ温度が28.4℃とテキストより少し高めになったので、発酵時間は短めにした。

日本生まれのクリームパンやあんパン、メロンパンは、欧風のパンが主流になってきた今も幅広い層に人気が高い。ほんのり甘くやわらかい生地には、粉総量の2割以上の砂糖のほか、卵黄や油脂類、コンデンスミルクなどが配合されている。このように糖分の多い生地には生イーストが適している。特に、国産の生イーストは糖分の多い生地でもイーストの活動が活発だ。さらに、砂糖のたくさん入る菓子パンはイーストが砂糖に耐える力を強化するために中種法を使うのが一般的だ。中種は前々回のぶどうパンでも使ったが、ふっくらふくらみ、独特の

生地を丸め、一晩寝かしたクッキー生地を円形にし、パン生地とぴったりと接着させる。手のひらで丸めると、クッキー生地がパン生地をきれいにくるんでいく。グラニュー糖をまぶして、表面に格子模様をつける。一方、あんぱんの成形は難航した。丸めたパン生地を手のひらでつぶし、へらを使って、シウマイを包むようにあんを詰めていくのだが、詰めながら、生地を閉じていく作業は思ったより難しい。「あんは冷やし固めておくと詰めやすいかもしれませんが、パン生地もやわらかいので、時間をかけているとあんが練り込まれてしまいうすです」。焼き上がりは、メロンパンがプリッとしたようにふんわりした食感になった一方、やや高温で焼くあんパンは皮はこんがり香ばしく、あんの周りの生地はしっとりした。「これまで生地づくりに一生懸命でしたが、菓子パンや調理パンとなると、成形にも技術が必要ですね。でも、これまで勉強した生地と具材を組み合わせれば、いろいろなオリジナルパンをつくれそうです」。

焼き菓子の宅配販売を行っている「ゆう工房」のたけおひろみさんが、辻調グループ校の通信教育講座「製パン技術講座」を始めてから、10ヶ月が経った。今回は難関のひとつ、クロワッサンに挑戦し、また一步、プロの技術に近づいた。

今月のテキストはこんな感じです

第19課 折り込み生地を使ったパン①

折り込み生地の作り方を学ぶ

第20課 折り込み生地を使ったパン②

折り込み生地をつかって
いろいろなデニッシュ生地を作る



第19課、20課のテーマは「折り込み生地を使ったパン」。クロワッサンやデニッシュのバリエーションを勉強。



成形後は60分発酵させて、焼く前に刷毛で卵を塗る。層と平行に刷毛を優しく動かす。



8 転がしていく時に、力を入れすぎて両端がつぶれないようにする。成形もとにかく早く行う。



6 まず、底辺から2つ折りする。この部分が巻き取る芯となるのであまり太くない。



9 巻き終わり。2種類の
方法で成形してみたが、あまり違いはわからなかった。バターが行き渡っていない生地が表面に出ると、きれいな層にならないので、巻くときに注意する。



7 芯に軽く指先を当てて、頂点に向かい、芯に巻き取るようにくるくると転がしていく。力の入れすぎは厳禁。



4 印に合わせて底辺10cm、高さ15cmの三角形を切り取る。切り取ったら、2枚を1枚ずつにはがしていく。



1 発酵をとった生地にはバターを包み、薄く伸ばして3つ折りにする。3つ折りは生地を休ませながら、3回行う。



2 3つ折りを3回した後、一度冷凍庫で冷やした生地を、約2mmの厚さに伸ばす。弾力がありなかなか難しい。



3 生地を横半分になり、重ねて、10cmごとにナイフの刃先で印をつける。バターが溶けないように手早く。

伸ばしたほうが
うまく成形できました

クロワッサンの成形には2種類。生地をばたんと折っていき、両端をひたひたに伸ばしていき、くるくる巻いていく方法がある。写真は巻いていくやり方。



今月は
クロワッサンにチャレンジ!



バターをたっぷり使った折り込み生地は、形を変えたり、フルーツやチョコレート、クリームなどをプラスすると、いくつものバリエーションができる。バターが溶け出さないように、冷蔵庫で生地を冷やしながら作業を進めるのがポイント。



たけおさんはネットショップ「お菓子のゆう工房」で働いています

お菓子のゆう工房

http://ukobo.com

安全な素材にこだわった、手づくりの焼き菓子専門店。添加物を一切使わない、国産のバターや小麦粉を使ったクッキー約30種、パウンドケーキ約15種類などを提供するほか、オリジナルクッキーの注文も受けている。

学ぶ人



たけおひろみさん

昼間は大阪の有名洋菓子店に勤め、夜は辻製菓専門学校に通い、2001年7月「ゆう工房」を自宅で開業。焼き菓子の卸・ネット販売を行っている。

繰り返しビジュアル教材を見て技術を習得

辻調理師専門学校は創立約50年。名実ともに、日本の飲食業界に優秀な人材を輩出してきた第一人者である。現在は大阪校のほか、東京校やフランスのリヨン校など国内外に7つのグループ校があり、世界に通用する才能を育てている。長年に培ってきた教育のノウハウと精鋭の教授陣を誇る同校は、2002年に別科通信教育講座も開講した。仕事をしながらでも在宅でプロの知識や技術が習得できるように、カリキュラムや教材にはさまざまな工夫が凝らされている。講義だけ

でなく、実技の手元をしっかりと見ることのできるビジュアル教材(ビデオまたはDVD)と、書き込み式で自分だけのノートとしても活用できるテキストノートは大いに勉強をサポートしてくれる。最近、人気の高い「製パン技術講座」は全24課で、パンづくりの基礎知識から約50にもなるレシピを丹念に講義する。壁にぶつかったときには、講師への質問でアドバイスももらえ、さらにスクリーンングへの参加や、レポートの提出で技術と知識を向上させることができるのだ。

ゆう工房の1月は年末の繁忙期にそなえるかのよう、ゆったりとしたペースだ。たけおひろみさんもほっとした様子。「こういう時期にクロワッサンの勉強ができてよかったです。折り込み生地は大阪で辻調に通っていたときに授業でやりましたが、バターが多量に入るのでやはり扱いにくい生地だったことを覚えています。今回はDVDをとにかく何度も見て、生地の状態や成形のしかたをチェックしました。」

にあまり捏ねすぎない。あとで生地を何度か伸ばすので、べたつきがなくなり、まともな状態にしたい。そして、バターは冷えているが、生地と同じくらいにやわらかさにする。バターを生地に包んでから、成形までの工程では、バターが溶けないように素早く進めることが肝心だ。途中、生地がやわらかくなり過ぎたら、冷凍庫で冷やす。以上が主な留意点だ。

第19課、20課はバターをパン生地に包み、何層にもする折り込み生地づくりがテーマだ。この生地を使ってできるパンの代表はクロワッサン。そして棒状のチョコレートを作るんだパン・オ・ショコラ、カスタードクリームを塗り、レーズンを散らした生地をロール状にして焼いたパン・オ・レザン、さらにクリームやトッピングのフルーツを替えるさまざまなデニッシュができる。一見、難しそうだが、ポイントを押さえていけば初心者にも決して難しくはないはず。まず、ミキシング時

最初にクロワッサンをつくったときには、生地の弾力が強く、伸ばすのに苦労したというたけおさん。「DVDのように、プロが使うパイローラーはもちろんなかった。棒で伸ばすわけですが、何度棒をかけたも生地が縮んでしまい大変でした。」2回目の今回は、まずミキサーを使わず手捏ねで生地を仕込み、バターを包んでからの折り込み作業を1回行っては冷凍庫に入れるようにしてみた。すると弾力もとれ、伸びやすくなった。「やはりミキサーで捏ねすぎてグルテンが出てきてしまったのでしょくか? それともバターが溶け

出して生地がベタついたせいだったのでしょうか? この点を中心に、麵棒で生地を伸ばすときのコツを質問票で先生にうかがってみようと思います。」1回目はあまりの弾力の強さに厚さ2mmに生地を伸ばすことを断念してしまい、そのまま成形して焼いたら、巨大なクロワッサンができてしまったそうだが、今回はテキスト通りに2mm厚さに楽々伸ばすことができました。バターを折り込み、3つ折りを3回繰り返したところで生地はでき上がりだ。次は成形のポイントだ。バターを折り込む際、どうしても生地の端にバターが入らない部分が出てしまう。二等辺三角形にカットしたら、このバターの入らない部分をできるだけ生地の中に入れて込むことが大切だ。バターが入っていない部分は生地が層にならないため、表面に出ると食パンなどのようにツルツルと光沢のある生地になってしまう。きれいな三日月の形をつくるのに集中してしまいがち。たけおさんはこのポイントを忘れていた。オープンに入れてから気がつくのだが…

湿度70%のホイロで発酵させたクロワッサンに、卵を塗り、焼成へ。焼き上がったパンのうち3個が表面にツルツルの部分が出ていた。「バターが溶けないように手早く、ということばかり考えてしまいました。パンづくりはシンプルだけれど、ちょっとしたことで仕上がりに響くのだと、あらためて思いました。」クロワッサンやデニッシュは、焼き上がった後すぐにクーラーに移し、蒸発する水分を逃がして冷ます。こうするといつそうサクサク感が生きてくる。前回、層がうまく浮かず、サクサクからは程遠いものが出てきたためか、食べるそばからハラハラと皮が落ちていくで上がりにたけおさんも納得の様子。生地づくりに自信ができたから、20課のテキストにある様々な形に成形するデニッシュにも挑戦したい、と前向きだ。ビジュアル教材は、何度も繰り返し見ることでもできるし、映像を止めて講師の手元をじっくり見ることができると、細かいデニッシュの成形はもちろん、生地の状態や道具の使い方をマスターしたいときにも頼れる存在だ。

「辻調グループ校」の別科通信教育講座でパンづくりを学ぼう

焼き菓子を宅配販売する「ゆう工房」のたけおひろみさんは、いつかパンも商品として取り入れたいと考え、辻調グループ校の通信講座「製パン技術講座」を受講中。今回は難関のサワー種でつくるライ麦パンが課題だ。

今月のテキストはこんな感じです

第21課 ライ麦パン①

サワー種について学ぶ
初種とサワー種の作り方を学び、ライ麦パンを作る

第22課 ライ麦パン②

副材料を配合したライ麦パンを作る



水とライ麦粉を約1週間継ぎながらつくる初種と、初種をもとにしたサワー種でつくるライ麦パンを学ぶ。



8 トッピングした面を下にして布に並べ、60分間発酵をとる。



7 トッピングはパン用の雑穀、かぼちゃの種などが入っていてヘルシー。



5 フロアタイム後に生地を手のひらで丸める、丸め作業には慣れた様子。



9 発酵時に、布で壁をつくる帯とりをしなかったため、出来上がりは平べったくなってしまった。

成形は生地を折っていくだけなので簡単!



6 成形はまず丸めた生地を平たくし、2つ折りしてから向きを変えて、3つ折りする。とにかく生地がベタつくので、打ち粉を上手に使うのがポイントだ。



これだけ仕込んだのに使うのはこれだけです。

1 ライ麦粉と水を継ぎ足しながら、温度管理をして6日間、発酵させた初種。フルーティなすっぱい香りがする。



3 ライ麦粉は、水を加えてこねてもグルテンが形成されにくいので、生地は小麦粉のパンほどなめらかに伸びない。



2 初種に小麦粉とライ麦粉を入れ、14時間発酵させたサワー種に粉、塩、水、イーストを入れて本こねへ。



4 こね時間は1速、2速をあわせて6分。こねあがった生地は水分を吸って、ベタベタと手にまとわりつき、扱いにくい。



今月は
ロッゲンヴエック
にチャレンジ!

ロッゲンはドイツ語でライ麦のこと。ドイツやオーストリアでは、いろいろな種類のライ麦パンが食卓にのぼるが、このパンは小麦粉とライ麦粉が7対3で日本人にも食べやすい味わいだ。あらかじめ熟成させておいたサワー種と呼ばれる天然酵母を使うので、風味も豊かなパンだ。

学ぶ人



たけおひろみさん

昼間は大阪の有名洋菓子店に勤め、夜は辻製菓専門学校に通い、2001年7月「ゆう工房」を自宅で開催。焼き菓子の卸・ネット販売を行なっている。

たけおさんはネットショップ「お菓子のゆう工房」で働いています

お菓子のゆう工房

<http://ukobo.com>

安全な素材にこだわった、手づくりの焼き菓子専門店。添加物を一切使わない、国産のバターや小麦粉を使ったクッキー約30種、パウンドケーキ約15種類などを提供するほか、オリジナルクッキーの注文も受けている。

映像で生地の様子を見ることができるので安心

創立から46年以上、辻調グループ校は、日本の料理、製菓界で活躍する優秀な人材を輩出し続けてきた。その教育理念は「本物を教える」ことだ。プロ仕様の設備で即戦力となる理論、技術を直接指導すると同時に、2002年からは日本料理、西洋料理、中国料理、製菓、2003年からは製パン技術講座の通信講座も開始した。各分野で知識、技術ともに一流を誇る教授陣の講義を収めたDVDまたはビデオと、独自のオリジナル教材により、1年間の在宅学習でプロへの道を切り開く。

製パン技術講座は1年24課で構成され、さまざまな食パン、菓子パンを約50種類学ぶ。パンづくりは料理や菓子と異なり、材料が少ないため、講座では単に作り方を教えるだけでなく、材料の知識を深めることに重点が置かれている。年に2回の課題レポート提出、4回の筆記試験があり、講義の理解度を確かめて、実力を試す機会も設けられている。スクリーニングや質問票を利用して、直接講師からの指導も受けられるので、学習意欲にもプラスになる。

1年間の通信講座がもうまもなく終了するたけおさんだが、この第21課の課題には不安を感じていた。「初種の仕込みに1週間かかるし、それで失敗したら、最初からやり直しますから」。今月勉強したのは、サワー種を使ったライ麦パンだ。寒冷地域でも比較的安定して生育するライ麦は、ドイツ、オーストリアなどで主食のパンに使われている。ライ麦の入ったパンには大きく2種類あり、ひとつは小麦粉と小麦粉より少ない量のライ麦粉を混ぜ、小麦パンと同じ製法でつくるパン(第6課シユヴァイツァープロトなど)。もうひとつが、一般にライ麦パンと呼ばれているサワー種を配合したものだ。サワー種は粉と水を何日間も熟成させた自家製酵母のひとつで、この種を生地に加えることでクラムに弾力がでて、やわらかい酸味と香りがプラスされ、保水性にも優れるので日持ちもする。

サワー種のもととなる初種づくり。テキストの20分の1の量、ライ麦粉50gと水約22gを混ぜて、ホイロを30℃に調節して24時間発酵させる。それからは水とライ麦粉を足して練っていくのだが、「とにかく、DVDで日を追うことの色のや、匂いに対する先生のコメントを確かめ、自分の種のでき具合をチェックしました。2日目と3日目は1日に2回、種継ぎをしなければならぬので、外出しているのが気ではありませんでした」。発酵が始まると、最初は悪臭とも言える匂いがしたが、4日目くらいからフルーティな酸味のある香りになってきたという。この辺で、たけおさんの不安も軽くなってきた。「温度と時間管理が初種づくりのポイント」と最初から頭に入れておいたかきがあり、6日目の種はさわやかな香りがしていた。「でもパンが焼きあがるまでは心配でした」。

仕込みに入る、ヴァイツェンミッシュシュブ(ロート生地)はライ麦粉と小麦粉を3対7で配合した、酸味が控えめな軽い食感に仕上がる。ロッゲンヴエックは同じ生地を小さく分割し、トッピングしたパンだ。種はかなりすっぱい匂いがしてきたが、実はたけおさんは酸味が強すぎるライ麦パンは苦手。だが、サワー種づくりにはライ麦粉に対して、初種は10%とほんの少ししか入らない。材料を混ぜ、本こねをするまで14時間発酵させたサワー種も香りがまろやかになった。この種をフランス粉、ライ麦粉、生イースト、水、塩とともにミキサーに入れ、本こねを行なう。ライ麦粉はグルテンを形成しにくいので、こね時間が長くても、小麦粉のパンに比べて弾力が出にくく、水分を吸いやすいので生地はベタつく。いつもの弾力のある生地を目指すばかりにこね過ぎにならないように注意する。こね上がった生地はベタベタと手につくが、10分間休ませることでベタつきがおさまる。1つ150gに生地を分割し、ベンチタイムをとる。とにかくベタつく「おもちゃのよう

な生地」なので、打ち粉を上手に使って丸める。成形も初めての仕方だ。2つ折りにして、とじ目を縦にして置き、3つ折りにして軽くとじるだけ。簡単なのだが、焼き上がりに表情が出る。表面を水に塗らして、半分には黒ごまとけしの実、もう半分はかぼちゃの種が入ったパン用の雑穀ミックスをトッピングした。60分の発酵後は200℃のオーブンで25分焼く。トッピングがこんがり焼けて、とても香りのいいパンが焼きあがった。「テキストより30℃低く、オーブン温度を設定しましたが、あと10℃上げて、もう少し濃い焼き色をつけたほうがよいおいしそうだったかもしれないね」。クラストがサクツとして、クラムはしっとりとしたパンはサンドイッチにしてもおいしそうだ。

「辻調グループ校」の別科通信教育講座でパンづくりを学ぼう

製菓学校を卒業後、自宅でクッキーやパウンドケーキをつくり宅配販売する「ゆう工房」を始め5年が経つたけおひろみさん。「商品の幅を広げたい」と始めた辻調グループの通信講座「製パン技術講座」も今回で最後となった。

今月のテキストはこんな感じです

第23課 特殊な生地のパン①

発酵時間が比較的短い特殊な生地のパンを作る

第24課 特殊な生地のパン②

クリスマスの発酵菓子を作る



第23課では発酵時間がやや短めの特長な生地のパンを、第24課ではクリスマスシーズンの発酵菓子を作ります。



9 30分発酵させた生地を、モルトシロップを入れ、90℃まで温めた湯でゆでる。表面を固めて、これ以上ふくらまないようにし、目の詰まったクラムにするのが狙い。



10 ゆで上がって、表面がつるつるになった生地は水分を切って、すぐにオープンに入れて焼く。

表面がつるつるになって、面白いです!



7 生地を手のひらでころがし、つぶしていないほうの端を少し細めにする。



8 リング状にして両端を合わせ、つぶした生地でもう片方を包むようにしてとじる。



5 棒状にした生地はとじ目を上にして、片方の端をつぶし、リング状にしやすいようにする。



6 片方の端、2~3cmのところに麺棒をあて、力を込めて均一に広げ伸ばす。



3 発酵させた生地は分割して、ベンチタイムをとらずに成形に進む。まずは麺棒で伸ばし、生地の空気を抜いていく。



4 長方形に伸ばし、両側から3分の1ずつ折りたたみ、さらに2回折って棒状にする。とじ目は手のひらの下の部分を押しさえてとじる。



1 粉、塩、砂糖、生イースト、水というシンプルな配合。すべてをミキサーに入れて、低速で10分間、ゆっくりと生地をこねていく。



2 なめらかだが、やや堅めにこねあがった生地を台の上で押し丸め、表面をつるつるにしてから、発酵させる。発酵時間は30分がOK。

ベーグルはこねすぎず、堅めの生地にします。

今月はベーグルにチャレンジ!



ユダヤの伝統的なリング状のパンで、アメリカに移住したユダヤ人によって広まったパン。クリームチーズをサンドしたベーグルは、ニューヨークの朝食の定番となっている。日本でも専門店ができるなど人気の高いパンだ。

学ぶ人



たけおひろみさん

昼間は大阪の有名洋菓子店に勤め、夜は辻製菓専門学校に通い、2001年7月「ゆう工房」を自宅で開業。焼き菓子の卸・ネット販売を行っている。

たけおさんはネットショップ「お菓子のゆう工房」で働いています

お菓子のゆう工房

<http://ukobo.com>



安全な素材にこだわった、手づくりの焼き菓子専門店。添加物を一切使わない、国産のバターや小麦粉を使ったクッキー約30種、パウンドケーキ約15種類などを提供するほか、オリジナルクッキーの注文も受けている。

繰り返しDVDを見ることで技術力もアップ

1960年に「辻調理師学校」として創立して以来、辻調グループ校は優秀な人材を日本の料理界に送り込んできた。2002年からは、40年来の料理教育のノウハウを用い、通信教育講座も開講。西洋料理、日本料理、中国料理、製菓製パン技術の講座があり、毎月、書き込み式のテキストノートと講義を収めたビデオ教材(ビデオまたはDVD)が届き、1年間でそれぞれの技術と知識を学べるようになってきている。「講師の手元をよく見ることが出来る」、「繰り返し講義を受けること

られる」と好評なビデオ教材での日々の学習に加え、学習成果を確認する課題レポートや筆記試験、任意提出のチャレンジレポートや、講師へ直接疑問点を尋ねられる質問票を利用し、自宅にいなから、講師とのコミュニケーションをとる機会も用意されている。また、5日にわたる30時間のスクーリングに参加することで、直接指導を受けることも可能だ。製パン技術講座では、材料の知識を深め、基本技術を学びながら、約50種類のパンレシピを習得することができる。

いよいよ1年間の集大成となる、通信講座最後の月を迎えた。1年の最後を締めくくると23課の課題は「発酵時間の短い特殊な生地のパン」。ドイツやアメリカの街角の屋台で見かける「プレッツェル」、NYの朝食の定番「ベーグル」、イギリスのバースで名物のプリオッシュイタイブのパン「サリー・ラン」、そして24課では、クリスマスになると店頭に見られる「パネットーネ」や「クリストシュトレン」を学ぶ。どれも形や素材に特徴があつて、つくるのも楽しそうだ。この1年間、ほぼ初心者として製パンを学んできたたけおひろみさんが、最後に挑戦したのは「ベーグル」だ。日本でもすっかりポピュラーになったドーナツ形のもっちりとしたパンに、たけおさんも以前から関心を寄せていたとみえ、テキストが届いてすぐに焼いてみたという。「この1年でバターが大量に入るパン、成形が複雑なパン、酵母を使うパンなど、いろいろなパンを焼いてきましたが、一番難しいの

安全な素材にこだわって焼き菓子をつくるたけおさんは、製パンでも何度か国内産小麦粉を使ってきた。ベーグルでも、テキストに載っているフランス粉の代わりに北海道産「キタノカオリ」を使用。ベーグルはみっちりとした目の詰まったクラム、もっちりとした食感が特徴だが、このようなかきあがりをするためには、生地は捏ねすぎずに堅めに仕上げ、焼く前にゆでる、という独特なプロセスを踏む。材料は粉、水、イースト、塩、砂糖と、フランスパンに近いシンプルな配合。まずは、すべての材料をミキサーでこねるのだが、水の分量が少ないため低速で時間をかけて生地をつないでいくのがポイントとなる。ただ、ふんわりとふくらませるパンではないので、伸びのいい生地を包むようにしてとじる。「そういえば、売っているベーグルの裏を見ると、中心にとじ目の線がありますね」。すべての成形を終え、最終発酵へ。発酵を終えた生地は、香りと色づきをよくするためにモルトシロップを入れた湯でゆで、表面を糊化させて、これ以上ふくらまないようにする。こうすることで目の詰まった独特のクラムになり、中は水分を含んだままになるのもちもちとした食感になり、日持ちもよくなる。オープンに入れて18分。発酵時間はテキスト通り、生地も堅めに仕上げたつもりだったが、ややふくらみすぎてしまった。でも、ベーグル独特のツヤは出た。「ベーグルは材料もシンプルだし、作業時間も短いので、簡単にできると思っていました。やはりパンづくりは経験を積むことが大切ですね。奥が深いです。今回で講座は終了ですが、パンがどんな材料を使い、どのようにしてつくられるか、基本が学べたと思います。あとは経験。これからも、こつこつとパンづくりを続けていきます」。たけおさん、お疲れさまでした。

する必要はなく、こね上がりも、やや堅めになるようにする。湿度の低い季節なので、調整用の水はすべて加えた。低速で10分、2速で2分、とテキスト通りの時間でこね上げ、台にとった生地は確かにみっちりとして堅い。30分の発酵後も、生地はあまりふくらまない。「いつもなら、「ふくらんでいない」と不安になるのですが、DVDでは何度か先生が「堅めの生地です」と言っていたので、このまま分割・成形に進みます」。

生地をリング状にするのは、一見、簡単なようだが、ただ棒状にして輪にするだけではない。「単純に見えますが、輪にしてとじるのが、なかなか複雑な作業です」。たけおさんも、DVDを繰り返し見て、講師の手元をしっかりチェックしたという。そして成形スタート。できるだけ長方形に分割した生地を麺棒で伸ばし、空気をしっかり抜いたら、3つ折りにし、さらに2回折って棒状にする。リング状にするには、片端を麺棒でつぶし、もう片方の生地を細めに伸ばして、輪にし、つぶしたほうの生地でもう一方