カルメ焼きを作ろう

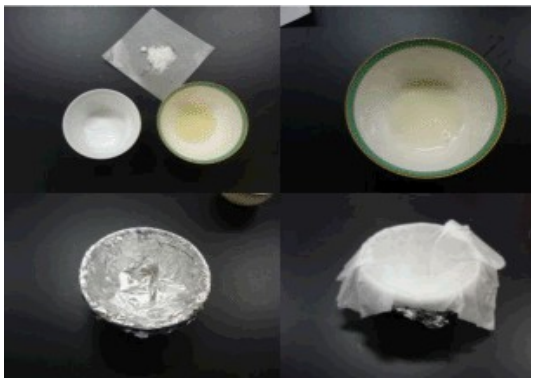
カルメ焼きは、砂糖を重曹で膨らめたお菓子である。よく、銅のお玉で作る方法があるが、ここでは砂糖液を茶碗の容器に流し込む方法である。重曹は炭酸水素ナトリウムであり、ベーキングパウダーにも入っている。

1　材料と器具

砂糖（上白糖またはグラニュー糖）約 200g、炭酸水素ナトリウム（重曹）8g、卵白 3g、水 100g

茶碗（陶器の底の広い茶碗が良い）、アルミはく、割りばし、クッキングシート、はかり、鍋、計量カップ、コンロ

2　準備



（1）　容器の準備

①　クッキングシートとアルミはくを、20cm 位の四方の大きさに切る。

②茶碗にアルミはく敷く、その上にクッキングシートをかぶせるように敷く。（握りこぶしを作り押し込む。紙コップを使っても良い。）

（2）　重曹卵の準備

茶碗などに卵白約 3g と炭酸水素ナトリウム約 8g を入れ、よくかき混ぜる。その後、砂糖約 2g を加えてかき混ぜる。できたら、流し込み用の容器の底に大豆くらいの大きさの重曹卵を置く。

3　カルメ焼きを作る

（1）砂糖の加熱

①　鍋に砂糖 200g を取り、水 100g を加えてかき混ぜる。(4 個分くらい)

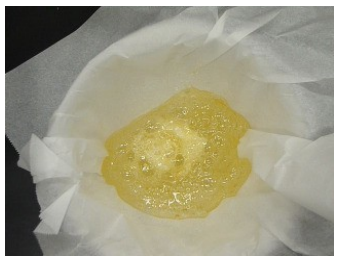
②　泡の小さいうちは中火で加熱してよいが、粘り気が出できたら弱火で加熱する。次第に粘り気が強くなる。泡が大きくなり、色がやや黄色っぽく変わってくるころ火を止める。温度は130℃くらい。

（2）　砂糖液を容器に流し込む

①　砂糖液を泡がとまってから流し込む。およそ、40 から50 g

②　流し込むと泡が出るが、泡の出が少なくなってからかき混ぜる。

③　すばやく重曹卵が散らばるようにかき混ぜる。砂糖液が不透明の黄色に変化して、粘りが出てくる。かき混ぜ溝が大きくなり硬くなってきたらやめる。

④やめてしばらくすると膨らみ始める。

泡がとまってから流し込む　　泡の出が少なくなってからかき混ぜ