



プロの技を学ぶ、 FCAJ会員体験記

レストランの厨房、アトリエやオフィス、商品の売り場等、食に関連のある現場で活躍するプロの方たちより直伝で、FCAJ会員がその技を学びます。

「ヴィエノワズリー」

バターをたっぷり使ったパイ生地やブリオッシュ生地で作られたパンをヴィエノワズリーと総称します。今回はその中でも代表的なクロワッサンを、銀座「ブーランジェリーレカン」の割田健一氏に教えていただきます。同店は老舗フレンチレストラン「銀座レカン」の姉妹店として2014年オープン。各種ヴィエノワズリー、バゲット、パン・ド・カンパーニュ等を販売しています。

体験者は、専門学校で栄養学の講師を務めている河村紀子さん。「パン作りが好きなのですが、クロワッサンは難しそうでまだ作ったことがありません。今回は直伝いただける絶好のチャンス、楽しみです」

厨房は店舗の地下1階。まるでホテルの厨房のような広さで、オーブンは製パン用と製菓用が3台ずつ設置されています。また、空調設備がととのっており、働きやすい環境です。

「バターを折り込むクロワッサン生地は、作業中にバターが溶けてしまうと生地が層にならず、食感も良くなりません。一般的なブーランジェリーではオーブンの熱で厨房内が暑くなるため、ヴィエノワズリーは気温が低い早朝や夜に仕込むなど、工夫していますが、当店では室温を常時18℃に保つ専用の作業室を作りました。バターは体温より低い30～32℃で溶け始めてしまうため、手作業は素早く行いましょう」(割田氏) 折り込みの作業が終わったら、生地を薄く伸ばし、包丁で二等辺三角形にカット。底辺から頂点へ向けて転がすように巻いて成形します。包丁の刃は垂直にし、巻く際は左右対称にするのが、美しく仕上げるポイント

体験会員：河村 紀子 さん

大分県在住。大学卒業後、管理栄養士として病院に勤める。現在は専門学校にて栄養学等の座学の講師を務めながら、フードコーディネーターとしても活躍。当協会3級取得。



ントです。同じ生地でチョコレートを巻いた、パン・オ・ショコラも作らせてもらいました。

成形したら、クロワッサンの端が右斜め上を向くようにテンパンに並べます。その後の発酵～焼成の工程は同じテンパンに並べたまま行うため、焼成前に溶き卵をぬる際、右手でスムーズにぬれる向きにしているそうです。

焼き上がった河村さんのクロワッサンは、きれいにふくらんではいるものの、生地の端にできた層は斜めにずれていました。成形の工程で生地を切る際、包丁の刃が垂直に入っていなかったためです。

「店頭に並んでいる商品は層の美しさが違いますね。やはりクロワッサンは奥が深いと、改めて感じました」(河村さん)

焼きたてをその場で試食。少し甘めで、外はカリカリ、中はしっとりとした食感でした。

「クロワッサンはコーヒーと一緒に食べられることが多いので、甘いほうが相性はより良くなりますし、端はよく焼けてほろ苦さが出て、バランスの取れた味になります。また、しっかり発酵させ、決められた時間通りに焼いて余熱で中身に火を入れることで、独特の食感になりますよ」

(割田氏) 有機栽培のサトウキビで作られたオーガニックシュガーや、ベトナム・カンホア産の塩など、材料へのこだわりも割田氏からうかがい、充実した内容になりました。

■クロワッサンの作業工程

生地作りから成形、発酵、焼成までを教えてくださいました。分量は約40個分です。

- ①強力粉1kgを丸く広げて中心に凹みを作り、砂糖75g、きび砂糖（オーガニックシュガー）75g、塩24g、天然酵母100g、セミドライイースト38g、全卵50g、牛乳240g、水180g、発酵バター100gを置いて混ぜ合わせる(a)。ある程度混ざったら押すようにしてこね、均一にする。
- ②ボウルに移し、ラップをして冷蔵庫で1時間半発酵させる。写真(b)は左が発酵前、右が発酵後。メン棒で8mm厚に伸ばし、冷蔵庫で1時間冷やす。
- ③再度メン棒で伸ばす(c)。発酵バター600gを生地より少しやわらかくして同じ大きさに伸ばす。バターの角が生地の1辺の中央に当たるようにのせ、生地の四隅を中心に向かって折りたたんでバターを包み(d)、メン棒で伸ばす。左右の辺を中央に向かって折り、更に中央で折る(e)。パイローラーで薄く伸ばし、冷蔵庫で1時間冷やす。向きを90度変えて同様に折り込みと伸ばす作業を行い、冷蔵庫で冷やす。
- ④20cm幅にカットし、対辺を頂点とする底辺8.5cmの二等辺三角形に切る(f)。頂点を手前にして置き、底辺を押さえながら頂点を手前に引っ張り(g)、底辺の両角を外側へ軽く引っ張って伸ばす(h)。底辺から頂点へ向かって巻く(i)。テンパンに均等に並べ、30℃、湿度75%のホイロで1時間半～2時間発酵させる。
- ⑤溶き卵をぬり(j)、215℃のオーブンで17分焼く。



■パン・オ・ショコラの作り方

クロワッサンの生地を7.5×12.5cmに切り、バトン形のチョコレートを置いて巻く。クロワッサンと同様に発酵・焼成する。



姉妹店の「ロテスリーレカン」が併設。レストランの営業に合わせて、21時まで営業している。他のレストランにもパンを卸す。



パンは約40種類販売。クロックムッシュや各種サンドイッチの他、ケーキやシュークリーム、焼き菓子もある。



小麦粉は国産にこだわり、クロワッサンに使う強力粉は江別製粉。通常は1袋25kgだが、作業性を良くするため、10kgを特注している。



講師：割田 健一氏

1977年埼玉県生まれ。都内のブーランジェリーで修業。2007年に「第1回モンデュアル・デュ・パン」日本代表に選抜される。2011年「銀座レカン」のブーランジェリーシェフに就任。'14年「ブーランジェリーレカン」オープン。

ブーランジェリーレカン

東京都中央区銀座5-11-1 1F

☎ 03(5565)0780

<http://www.lecringinza.co.jp/boulangerie>

体験者募集！

FCAJ会員だけの特別企画。経験の有無に関わらず、興味のあるテーマにまずはトライしてみましょう！ご希望の方は事務局までご連絡ください。希望者が多い場合は抽選により決めさせていただきます。体験の日時は、講師側と希望会員両者の都合により設定します。なお、体験講座の費用は無料です。交通費は実費でお支払いたします。

【体験テーマ】

チョコレートケーキ

原材料のカカオ豆の選別・調合・焙煎方法などの知識およびチョコレートケーキのレシピと美味しく作るコツを教えてくださいました。

【講師】

ル ショコラティエ タカギ
オーナーパティシエ

高木 康政氏

<http://lplctakagi.jp>

【受講場所】

ル ショコラティエ タカギ（東京・深沢）

【体験日】 5月

【応募メ切】 3月30日