



タマゴのおいしさ・峯木ラボ

(第69回)

10 月、農作物の収穫時期、ヨーロッパでは味覚の週間が始まります。

フィナンシェで残った卵黄はどうするのかの質問に答え、ババロアについて紹介します。

1. ババロア(Bavarois)

フランス伝統菓子の一つであるババロアは、ドイツのバイエルン地方のフランス人のシェフが作ったものが始まりとされています。同類の冷たいお菓子に、「ムース」「ブラマンジェ」「パンナコッタ」があります。ムースとは、「泡」であり、ブラマンジェは「白い食べ物」であり、ゼラチンを使ったフランス風と、コーンスターチを用いたイギリス風があります。パンナコッタは、イタリアのデザートで「固めた物」を示します。ババロアのレシピを見ると、ゼラチン、牛乳、卵黄、砂糖、生クリームが主な材料です。いちごなどのフルーツおよびそのソースや赤ワインソース、ホイップクリームやカスタードクリームが添えたものもあります。



2. ババロアのレシピ

私が調理実習で習ったレシピは、卵黄 2 個に、卵白の泡立てを 1 個分加えます。卵白 1 個分は別な物に使用されます。ですので、生クリームの泡立てだけではなく、泡の食感が強いお菓子です。卵黄 2 個分が加わり、大変コクがあり、脂肪分が多いので、ほわっとつるり(ほわつる)です。自宅に帰って作ってみると、なんと 2 層に分かれ、大失敗(例:右の写真)。20 歳代におけるお菓子で失敗した初めての体験でした。



ババロアの作り方のポイントは、①卵黄の加熱は、卵黄臭が消えるまで火を通す。②ゼラチンの凝固状態と生クリームの 7 分泡立て、十分に泡立てた卵白の濃度が同じ時に、合わせる。これがなかなか難しい。ゼラチンが固まる手前の時に材料を加えて、混ぜると失敗が少ない。早めに混ぜて、冷蔵庫で保管すると、その凝固する時間に、生クリームとそれ以外の比重の違うものが分離して凝固します。上部はゼラチンの層が固まり、下部は泡立てた生クリーム(卵白泡立て)だけの層になります。それは間違いなく失敗です。材料がコクのあるリッチな材料なので、失敗してもどうにか食べられますが、ほわつるの独特のおいしさはありません。③ババロアを入れる型に薄く油を塗っておく。なかには、取り出すときに、お皿に水を塗っておくと良いというのもありました。型から出すのが、やわらかく、出しにくく、さらに一度お皿に出したら位置を動かすことができないため、あらかじめお皿に水を敷いておくと、ババロアが滑って移動しやすいからです。

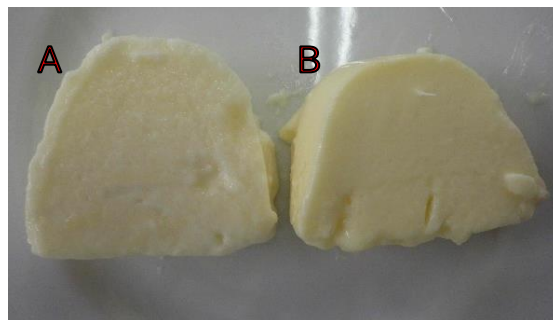
3. 卵白の添加

卵黄 2 個を入れるという分量は多いのですが、卵白 2 個分入れるというレシピはありませんでした。1/2 個分～1 個分使用のレシピもありました。十分に泡立てで使用します。最も多いレシピは、卵黄のみで卵白を使用していない分量でした。卵白を使っていないので、“ほわ”は生クリームの泡立て方によります。卵白を使用する作り方は、作業が増えますし、卵白と生クリーム、それにゼラチンの入った卵黄液を混合するタイミングが難しくなります。生卵白の安全性からも、卵白泡のレシピは少ないと思います

右の写真の A は卵白泡入り、B は卵白なしの分量で作ったババロアの断面です。卵白泡が入ると体積も異なるので、白くなります。独特の食感でおいしいです。

A レシピ:ゼラチン 10g、水 30g、卵黄 2 個分、砂糖 60g、牛乳 150g、バニラエッセンス、卵白 1 個分、生クリーム 100ml

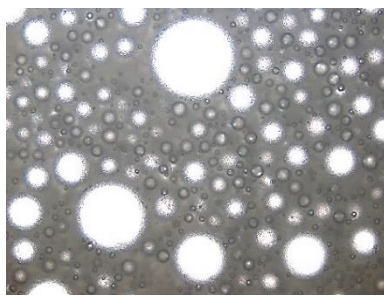
B:レシピ:ゼラチン 5g、卵黄 2 個分、牛乳 250ml、砂糖 60g、生クリーム 100ml、バニラエッセンス



なお、ゼラチンゾルと生クリームの混合温度については、ゼラチンゾルが 28℃で生クリームを加えると書かれたレシピがあった。宮下と長尾(日本家政学会、57 巻、2006 年)は、混合時の温度は 16-18℃が良く、両者の性状が最も近く、混合しやすいとしており、6分立ての生クリームの場合には、上下層の分離がなく、均質な仕上がりになると報告しています。つまり、生クリームは十分に堅く泡立てないこともポイントの一つです。生クリームの泡立ては、必ず冷水につけて泡立てます。

4. 卵黄の添加

卵黄臭にたいしては、バニラなどの香料や洋酒も使用され、卵黄の加熱条件も重要です。今年 5 月日本家政学会大会で玉川大学農学部小泉昌子氏(本研究所共同研究員)は、卵黄の効果を発表。卵黄(未加熱、加熱)、卵黄無しの 3 種のババロアを調製し、そのアングレーズソースの粘度、ババロアのテクスチャー、気泡の評価を行いました。ババロアの比重は卵黄加熱試料が、0.69、未加熱試料が 0.71、卵黄無し試料が 0.80 で、卵黄加熱試料が最も軽く、泡が均一で小さく、その硬さは最もかたいことを明らかにしました。加熱した(熱凝固しない程度)卵黄をいれることは、乳化作用が向上し、ソースの粘度上昇が起こり、気泡の浮上抑制や均一分散に影響することを報告しました。下の写真は気泡の状態(塗抹標本)、左加熱、中未加熱、右卵黄なしです。(小泉と峯木、ポスター発表から提供)



*タマゴのおいしさ研究所 峯木 眞知子 〒182-0002 東京都調布市仙川町2-5-7 タマゴ科学研究会 E-mail:info@japaneggscience.com(←質問、感想などはこちらのアドレス)