

「豆腐入りお好み焼き豚モダン焼き、お好み焼きソース」 & 「焼きそばパン」



2020年12月28日(月)

20.00~21.00

講師: ギブソン 有以 氏

質問への回答・コメント:

《お好み焼きの生地について》

- 生地を作るときはどれくらい大きなボールを用意すればいいですか？
 - 調理ボールの大、直径 20~25 cm ぐらいの大きなボールがお薦めです。

- サバの燻製はかつお節の代用として使用しています。
スモークサーモンでも美味しいと思います。

- お好み焼きの材料にお豆腐が入っていますが、お豆腐なしでもできますか？その場合は、小麦粉を増やせばいいでしょうか？
 - 本来なら長芋のすりおろしをいれるのですが、今回は手に入りやすい豆腐で代用しました。
 - お豆腐なしの場合はフライドオニオンを増やすのをお薦めします。小麦粉は増やしても大丈夫ですが、あまり増やしすぎると粉っぽくなり生地が重くなるので。
 - フライドオニオンは Morrisons、またはアラブ系のスーパーで売っています。

- 長芋の代わりに、じゃがいもを代用できますか？
 - 試したことはありませんが、ニンジン、レンコンのすりおろしでもできると思います。
 - フロアからのコメント; 試した事はないのですが、長芋の代わりにズッキーニのすりおろしを使うというのを聞いたことがあります。



- おろし器が無い時はチーズのグラインダーで代用しています。
- 粉について、Self Raising Flour が無ければ、小麦粉にベーキングパウダー小さじ 1 杯加えると良いです。
- グルテンフリーの粉を使う時のコツはありますか？
 - コーンフラワー、タオピカ粉、又は米粉でもできそうですね。また近いうちにグルテンフリーのお好み焼きを作ってみます。
- お好み焼きの生地を置いておくときは常温ですか？
 - 常温で大丈夫です。すぐに焼かない場合は冷蔵庫に保存し、焼く前の 30 分ほど前に冷蔵庫から取り出して常温に戻しておくとし生地が柔らかくなり焼き易くなります。冷たいとまとまりにくいのでひっくり返すときに生地が崩れる場合がありますので。
- 冷凍して解凍する時は、自然解凍でしょうか？レンジですか？いつも解凍するとべちゃつとしてしまいます。
 - 自然解凍し、レンジで温めるのがお薦めです。

《材料・具・ソース》

- こちらでウスターソースを買った事がなく、おすすめのウスターソースはありますか？
 - Lea&Perrins が一番有名なウスターソースです。大体どこのお店でも売っています。
 - 中華スーパーで日本のウスターソースは手に入りますが高価です。
- 自家製お好み焼きソースは、どのくらい日持ちしますか？
 - 冷蔵庫で 2 週間ぐらいは持つと思います。私はその都度作ったり、余れば焼きそばやとんかつを作るときに使っています。
- エッグヌードルについて。乾麺よりチルドが良いですか？
 - エッグヌードルは Sainsbury's、ALDI のものがお勧め、次は ASDA、Morrisons のものです。Tesco のは不味くはないですが質が少し劣ります。
 - 乾麺でももちろん大丈夫ですが、チルドの方が手軽に下準備なく使えます。
- 具はベーコンの他、海老、イカ、牛肉を入れても美味しいです。海老とアボカドのお好み焼きというの聞いたことがあります。

- キャベツ(Sweetheart Cabbage)は Tesco 又は Morrisons で大き目のものが手に入ります。
- マヨネーズは常温にしておくことと、空気抜きをすることで切れないように模様書きができます。

《雑談》

- お好み焼き・モダン焼きに合うアルコール：
 - ビール： 常陸野(ひたちの)ネストホワイトエール—Waitrose で売っています
 - 白ワイン： フレッシュフルーツの味が強いワインがおすすめです。Lidl で売っている Macon-Lugny Bourgogne(フランス、ブルゴーニュ産)のワインはお手軽な値段で美味しいです。



- 赤ワイン 凝縮したフルーツの味と酸味のバランスの良いワインがおすすめです。オーストラリア産のシラーズ(Shiraz)とカバルネソヴィニオン(Cabernet Sauvignon)のブレンドワインなどでしょうか。

- お好み焼きは家庭料理なのでワインも高価でなくテーブルワインレベルの物がよく合います。

- モダン焼きの名前の由来は？
 - フロアからのコメント；諸説ありますが、関西発祥みたいで、盛りだくさんからモダン焼き。量をかさましするためとか。

- てこ について
 - 大阪ではお好み焼きを食べるときは鉄のてこでお好み焼きを切り、そのままてこで直接食べる人が多いです。残念ながらイギリスでは売っていませんし私も持っていないので、今回代用したのは IKEA で見つけた細いフライ返しです。お玉やフライ返しを売っているコーナーで見つけました。このフライ返しは餃子を作るときにも愛用しています。

