

資料A 油脂の特徴を知ろう「バター」

画像削除

■次の資料を読み、バターの特徴についてまとめましょう。

資料(1) バターとは

「調理師養成教育全書『食品学』より、バターについての説明」

資料(2) バターの分類

	発酵バター	非発酵バター
特徴	乳酸発酵による独特の芳醇な香りとコクがある。保存性が低く劣化しやすい。	くせがなくあっさりとした風味。熱を加えることによってさらに風味が増す。
用途	独特な風味・特徴・コクを出したい料理や製菓に向いている。	他の素材の味にあまり影響を与えず扱いやすい。

画像削除

	有塩バター	無塩バター
特徴	バターの保存性を増す為に食塩を1から2%添加。適度な塩味がある。	酸化しやすく保存性が悪い。全体の塩味を自分で調整できる利点がある。
用途	パンに塗ったり、料理の風味づけに用いたりする。多量に加えると塩味が強くなりすぎるので注意。	塩分量を気にしなくてよいので製菓などで大量に用いる時に使われる。塩分調整食にも。

資料(3) 栄養成分

	エネルギー (kcal)	水分 (g)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	カルシウム (mg)	ビタミンA (μg)
バター(無塩)	763	15.8	0.5	83.0	0.2	14	790
ラード	941	0	0	100	0	0	0
ショートニング	921	Tr	0	100	0	0	0

■まとめ

①次の空欄に適する語句を左ページの資料から選び、記入しましょう。

バターは、牛乳の()を凝固させて作られた()である。製造工程により、2種類に分類され、乳酸発酵による独特な風味の「 」と日本で主流の「 」がある。また、塩分が添加されているバターを「 」、されていないものを「 」といい、用途による使い分けが必要である。

②次の用途の時には、どのバターを使いますか、理由も添えて答えましょう。

- ①朝食のパンに塗りたい→ _____
理由: _____
- ②クッキーを作りたい → _____
理由: _____

③栄養成分表を見て3つの油脂の特徴をまとめましょう。

バターは…

ラードは…

ショートニングは…

④こぶしサブレに用いた油脂は何か。また、「ちんすこう」と食べ比べて味や食感にどんな違いがあったらだろうか？

画像削除 ★15分後、この資料で話し合ったことを他のメンバーに、発表してもらいます。説明できるように準備をしてください。

資料B 油脂の特徴を知ろう「ラード」

■次の資料を読み、ラードの特徴についてまとめましょう。

資料(1) ラードとは

「調理師養成教育全書『食品学』より、ラードについての説明」

資料(2) 沖縄とラード

画像削除
(アグーの写真)

僕はアグーと呼ばれる沖縄在来種の豚！もともと、ラードをとるための豚だったんだ。体重 80kg くらいの小さな体に、厚さ 4、5cm もの背脂肪が載っているよ。(他種豚の 3~4 倍) ラードは加熱すると香ばしさとコクがアップします。植物油とは比べ物にならないね！

昔の沖縄では、貧しくて肉はたまにしか食べられなかったが、常備されているラードを野菜の煮込みやみそ汁に少し加えれば、すばらしい味と香りと栄養が得られた。ラードはわずか 20g で家族全員に栄養と満足を与えることができるんだよ。豚肉もタンパク質というすばらしい栄養を含んでいるが、さすがに 20g ではラードの満足度に及ばない。ふだんの沖縄の食生活では、豚肉よりもラードの方が大きな役割を演じていた。さらに、ラードは薬としても使われ、熱が出ると、ラードと塩を混ぜて背中に塗っていた。

ラードは沖縄の食文化を語る上で欠かせない油脂なんだブ～！

画像削除

資料(3) 油脂の溶けやすさ(融点)

画像削除
(豚肉脂肪、牛肉脂肪、バター、ごま油、コーン油など様々な油脂の融点を示したグラフ)

※油脂は溶ける温度(融点)が口あたりに影響する。

※融点が人の体温より高いものは、冷めると口あたりがよくない。融点が低いと口の中で溶けてなめらかなテクスチャーを生む。

■まとめ

1 次の空欄に適する語句を左ページの資料から選び、記入しましょう。

ラードは、()の()から抽出した食用油脂である。豚脂のみを用いたものを()、豚脂+他の油脂のものを()という。ラードの融点は()℃と低いため、口の中で溶けやすく口あたりがよい。

2 沖縄の食文化の中でラードはどのような働きをしてきましたか。また、この他に沖縄の食文化について知っていることを書きましょう。

画像
削除

3 資料3のグラフから、適する語句を丸で囲み文章を完成させましょう。

ちんすこうのおいしさは、「最初はサクサクッ、噛むと口の中でサーッととけるホロホロとした食感」にあり、油脂の使い方がちんすこうのおいしさを左右します。ラードは融点が体温よりも(高い・低い)ので口どけが(良い・悪い)。バターは融点が体温よりも(高い・低い)ので口どけが(良い・悪い)。牛脂は融点が体温よりも(高い・低い)ので口どけが(良い・悪い)

画像
削除

一般の人が最もラードを身近に食べているのは、トンカツ専門店のトンカツ。専門店のトンカツが香ばしく、サクサクした食感で、うまみが感じられる最大の理由は、揚げ油にラードを使うからだよ。

★15分後、この資料で話し合ったことを他のメンバーに、発表してもらいます。説明できるように準備をしてください。

資料C 油脂の特徴を知ろう「ショートニング」

■次の資料を読み、ショートニングの特徴についてまとめましょう。

資料(1) ショートニングとは

「調理師養成教育全書『食品学』、
「新版お菓子『こつ』の科学」より、
ショートニングについての説明」

資料(2) お菓子づくりで活用される固形油脂の特性

<p>①ショートニング性 油脂が小麦粉の粘弾性のもとになる「グルテン」の組織形成を阻害して生地をもろくサクサクとした食感にする。</p> <p style="text-align: center;">画像削除 (ショートニング性を説明するイラスト)</p>	<p>②クリーミング性 糖類と攪拌したときに小さい気泡を抱き込むことができるので、きめ細かくふっくら膨らむ。</p> <p style="text-align: center;">画像削除 (クリーミング性を説明するイラスト)</p>
<p>③可塑性 力によって、思うように形がつくりやすくなること。生地を可塑性のある状態にすることで、お菓子作りにおいて生地の伸びやショートニング性が良くなる。油脂によって可塑性を示す温度が異なる。</p> <p style="text-align: center;">画像削除 (可塑性を説明するイラスト)</p>	<p style="text-align: center;">画像削除</p> <p>クッキー生地が優れたショートニング性を発揮できるのは、油脂が粘土のように形を変えることができる状態＝「可塑性」を持つ時だよ♪</p>

資料(3) 可塑性を示す温度範囲

	可塑性を示す温度	作業性
バター	13～18℃	温度範囲が狭いので、生地の温度変化に注意する必要がある。
ラード	10～25℃	温度範囲が広いので室温でも扱いやすい。
ショートニング	用途によって様々に変化可	ケーキ用・パン用・パイ用と用途に応じたショートニングがある。

■まとめ

①資料1より…ショートニングの特徴について次の問いに答えましょう。

- ①ショートニングは、何の代用品として生まれましたか?
答え: _____
- ②味や風味はあるか、ないか。
答え: _____
- ③クッキー生地に入れるとどのような食感になるか?
答え: _____

②資料2・3より…次の空欄に適する語句を移入しましょう。

ちんすこうのおいしさは、「最初はサクサクッ、噛むと口の中でサーッととけるホロホロとした食感」にあり、油脂の使い方がポイントである。サクサクとした食感、油脂の(①)性によるもので、さらにその(①)性を最大に発揮するには、生地を(②)性がある状態にしてこねる必要がある。バターは、可塑性を示す温度範囲が13～18℃と(③)ので、作業時には温度変化に注意を要する。ラードは、10～25℃と温度範囲が(④)なので室温でも扱える。ショートニングは、用途に応じたものがある。

③あなたがちんすこうを自宅で作るとしたらどの油脂を使いますか？理由も添えて書きましょう。

油脂: _____

★15分後、この資料で話し合ったことを他のメンバーに、発表してもらいます。
説明できるように準備をしてください。

お互いの説明を聞いて考えを深めよう！

■お互いの説明を聞いて考えを深めよう！

資料 A-() 発表者()

画像
削除

資料 B 発表者()

画像
削除

資料 C 発表者()

画像
削除

■みんなの説明内容を組み合わせて考えよう。 『3つの油脂を比較！！』

①栄養成分の面から見て摂取したいと思う順に並べましょう。

油脂名 ()	画像 削除 理由:
↓	
油脂名 ()	理由:
↓	
油脂名 ()	画像 削除 理由:

②サクサクとした食感のあるクッキーを作るには、どの油脂を使いますか？

油脂名 ()	画像 削除 理由:
↓	
油脂名 ()	理由:
↓	
油脂名 ()	画像 削除 理由:

③風味のあるクッキーを作るには、どの油脂を使いますか？

油脂名 ()	理由:
---------	-----

④作業温度(可塑性のある状態)を考えたとき、取り扱いやすい油脂はどれか？

油脂名 ()	理由
---------	----

■これまでの話し合いから、結論を導こう。

課題：ラード以外の油脂で「ちんすこう」のおいしさを作りだすことはできるか？

結論：(できる ・できない) ←○をつける

理由：

★__分後、このグループで考えた、「ラード以外の油脂で「ちんすこう」のおいしさを作りだすことはできるか？」を発表してもらいます。発表者を決め、発表の準備をしてください。