



Now
ユウ
know

Vol.059
2011年10月1日発行

2011 October

IO

S	M	T	W	T	F	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23/30	24/31	25	26	27	28	29

びっくリングでビックリな美味しさ！

IH 三菱電機
IHクッキングヒーター
**業界初！5分割マルチコイルで
どんな料理も得意メニューに！**

三菱電機が、左側のIHヒーターに業界初の大口径5分割マルチコイル「びっくリングコイル」を搭載したビルトイン型IHクッキングヒーターを10月発売します。最大の特長は、5分割マルチコイルを制御し、全面加熱、スポット加熱、タテ



ビルトイン型 三菱IHクッキングヒーター CS-PT31HNWSR形(3口IHタイプ) 5分割マルチコイル「びっくリングコイル」

加熱、ヨコ加熱と加熱部位をコントロールできる点です。特定の部分だけを加熱することで、今まで従来のガスやIHにできない調理ができるようになりました。分割エリアごとの制御をすることで、外向・内向の交互対流に加え、3方向交互対流もおこせるのでどんな料理もおいしく調理できます。

5つのコイルの加熱部位を順に切り替える「対流煮込み加熱<プラス>」は、煮込み料理の煮汁を対流させてうまみを具材にしみ込ませ、肉じゃが調理なら約40%節電できます。対流を切り替える「ゆでもの加熱」により、麺などをゆでる時の吹きこぼれを抑制します。また、業界最大のコイル径26センチの外コイルの火力を強くし、鍋肌(鍋やフライパンの縁の立ち上がり部分)もしっかり加熱する「鍋肌加熱」が炒めものをおいしく

調理します。予熱温度(3段階)を設定すれば、「高感度光センサー」が鍋底温度を検知して自動調節。「鍋ぴったり加熱」で鍋にあわせて効率よく調理できます。小鍋や玉子焼き器をムダなく加熱し約3%節電、鍋底径30cmの大鍋やフライパンでまとめてたくさん調理をすれば、餃子30個の調理が一度で済むので約20%節電になります。



調理します。予熱温度(3段階)を設定すれば、「高感度光センサー」が鍋底温度を検知して自動調節。「鍋ぴったり加熱」で鍋にあわせて効率よく調理できます。小鍋や玉子焼き器をムダなく加熱し約3%節電、鍋底径30cmの大鍋やフライパンでまとめてたくさん調理をすれば、餃子30個の調理が一度で済むので約20%節電になります。

多賀正子の
今月の
レシピ
第59回



“かぼちゃの和菓子”

かぼちゃは栄養的にとても優れた食品であると共に、お菓子の材料としても扱いやすい食材です。加熱してお砂糖を加えることが、適度な水分となりますが、かぼちゃの種類によってもそれぞれの持つ糖分や水分が違うため出来上がりの味や質感が少々違って来ます。

扱いやすく程よく滑らかな舌触りと食感に仕上げる為には少し砂糖を追加したり、ラム酒や場合によっては熱湯を少々加えて、裏ごししやすい堅さに和らげ調整します。そしてちょっと面倒ですが、是非とも裏ごしを掛けて、「たかがカボチャ」と言えども、う〜んと上等に仕上げましょう。煮豆やへらを上手に使用して、素敵なお菓子にして下さい！3日程日持ちします。冷凍も可。



材料(6人分)10~12個分

- カボチャ…大きめの物 1/4個強
(種を取って皮を剥いた状態で約400g)
- 砂糖……………大さじ2~3
- こしあん……………約150g(市販品)
- 甘納豆……………適宜
- シナモン……………お好みで適宜
- ラム酒……………適宜

作り方

- ①カボチャは、スプーンを使って種を丁寧に取り、座りの良いところをまな板にあて、包丁で削ぎ取る様にしながら皮を綺麗に剥がす。★剥がした皮は、ハイシートに乗せて焼き上げグラニュー糖とシナモンを振りかけると簡単なパイが出来ますよ。
- ②耐熱ボウルにキッチンペーパーを敷き、一口大に切ったカボチャを入れ、ラップをかけてレンジ強で約8~9分加熱する。
- ③熱いうちにラップを剥がし、キッチンペーパーを抜き取り、冷めないうちに砂糖とシナモンを加え、綿棒等を使ってトントン叩きながら砂糖を溶かし込む。ラム酒をお好みで加える。★堅さの調整には熱湯を使うと良い。
- ④砂糖が溶けて全体が緩んで来たら、裏ごしして滑らかにする。
- ⑤ゴムベラや手を使ってギュッと集めてひとまとまりにし、お菓子を何個作るか決めて等分に分けて丸める。
- ⑥市販のあんこも同じ数に丸める。この時あんこが柔らかいと扱いにくいので、柔らかい場合は冷蔵庫か冷凍庫に入れてしばらく冷やして固めてから丸めると扱いやすい。
- ⑦⑤のカボチャ餡を手の上で平たく伸ばし、⑥のあんこを包み込む様にして丸め形を整える。飾りに甘納豆をてっぺんに飾る。へら等を使ってかぼちゃの模様を作ったりしても良い。