

実験 重そうを使って料理しよう！

課題：料理をするときに、「重そう（炭酸水素ナトリウム）」という白色の粉末を加えることがあります。この粉末にはどのような働きがあるのでしょうか？実際に料理をして調べてみましょう。

◎用意するもの（2～3人分）

【器具】計量カップ、ボウル、菜箸、^{さいばし}卵焼き器（またはフライパン）、キッチンペーパー、ゴムべら、耐熱容器2個（電子レンジで温められるもの）、食品用ラップフィルム、電子レンジ

【食材】料理A：卵（M）4個、砂糖12g（小さじ4）、食塩1g（一つまみ）、重そう2g（一つまみ）、サラダ油（適量） ※重そうの代わりにベーキングパウダー4gでも可。

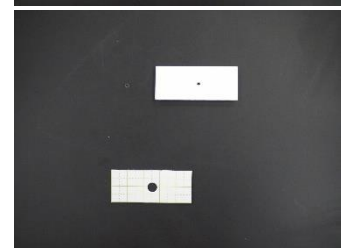
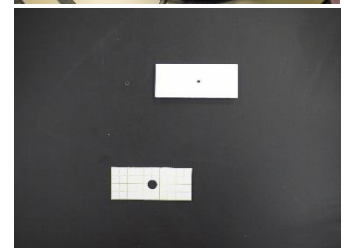
料理B：薄力小麦粉100g、砂糖50g、卵（M）1個、牛乳100mL、重そう2g（一つまみ） ※重そうの代わりにベーキングパウダー4gでも可。

◎《調理1》では火を使います。やけどや火事に十分注意しながら、保護者の方と一緒に調理しましょう。

◎重そうの働きを調べたいので、加熱するときは変化の様子をしっかりと観察しましょう。

《調理1》卵焼きをつくろう！（注意：火を使います）

- ① ボウルに卵4個を入れ、泡立てないように気を付けながら菜箸で溶きほぐし、砂糖と食塩を加えて混ぜる。
 - ・食塩の代わりに^{しょうゆ}醤油小さじ1を加えてもよいが、焦げやすくなるので注意すること。
- ② ①の卵液を別のボウルに半分入れ、重そうを加える。
 - ・重そうを加えていないものを「卵液^無」、加えたものを「卵液^有」とする。
- ③ 卵焼き器にサラダ油を少々加えて中火で熱し、キッチンペーパーで卵焼き器全体に油を広げる。
- ④ 菜箸の先端に卵液^無を付け、卵焼き器に落としたときに一瞬で固まる熱さになっていることを確認する。
- ⑤ 卵焼き器に卵液^無を3分の1程度の量を入れて全体に広げ、奥から手前へ菜箸でつまみながら巻いていく。
- ⑥ 巻いたものを奥にすべらせ、②のキッチンペーパーで手前に油をひく。卵焼き器に残りの卵液の半分を入れ、固まってきたら奥から手前に巻く。
- ⑦ 残った卵液で⑥と同じように焼く。
- ⑧ ③～⑦と同じ調理を卵液^有で行う。



《調理2》蒸しパンをつくろう！

- ① 食品用ラップフィルムを大きく切って、2個の耐熱容器の底や側面を覆うように敷いておく。
 - ・敷かなくてもよいが、できあがった蒸しパンを取り出しやすくなるし、片付けも楽になる。
- ② 計量カップに卵を入れて菜箸で軽く溶いた後、牛乳を加えてさらにかき混ぜる。
- ③ ボウルに小麦粉と砂糖を入れて混ぜ、中央にくぼみをつくる。

