

# Deutschlandjahr-Kochkurs

mit Claudia Marra

## マラさんのドイツ料理

第8回

Weihnachtsbäckereien

クリスマスのお菓子

平成17年(2005)11月20日(日)

会場：西部ガスリビングプラザ メルカつきまち

「ドレスデナーシュトレン」

(Dresdner Stollen)

「レーブクーヘン」

(Saftige Lebkuchen)

「リキュール・スター」

(Eierlikörsterne)

「ポルチーニのリゾット」

(Schnelle Reispfanne)

# 参考レシピ

## クリスマスローズ シナモン・スター

### 「ドレスデナーシュトレン」(Dresdner Stollen) について

ドイツの代表的なクリスマスのお菓子シュトレンが、史上初めて記録されたのは1530年、ドレスデンにおいてだった。

以来、このお菓子は、発祥地ドレスデンの名を取ってドレスデナーシュトレンと呼ばれる。現在では、伝統の調合を忠実に守ってセットされた材料が市販されている。

小麦粉、イースト、牛乳、グラニュー糖、バター、砂糖漬け果物、レモンピール、オレンジピール、アーモンド(皮なしの甘いもの、皮付きの苦いもの)、粉砂糖、塩、シュトレン用スパイス、スピリッツ(40度以上の酒)などの材料をすべて揃えて作られたものだけをドレスデナーシュトレンと言う。

また材料の割合も大切で、小麦粉100%、バター50%、レーズン25%、砂糖漬け果物15%、甘い、苦いアーモンド10%の割合で作られるものが

本物のシュトレンである。

しかし、材料だけが大切なのではない。このお菓子にまつわる歴史も大切。オリジナルレシピは全くバターを使わないで作られるものだった。というのもクリスマス前の4週間の待降節は節食期間であり、肉類やバターの摂取は禁じられていて、この期間に作るクリスマス用のお菓子には、バターを使えなかったからである。

1650年、ザクセンのエルンス選挙候（神聖ローマ帝国の皇帝の選挙権を持つ領主）がローマ法王に、バター禁止令の廃止を願い出た。

法王は、「肉食を絶つ期間の食用バター、油脂の使用許可書」いわゆるバターレターを発布した。この許可には条件があり、フライベルガーに於ける教会堂建設資金として、ザクセンが将来にわたり「贖罪料」を払い続けることが義務付けられた。

白い砂糖にくるまれた素朴なシュトレンの形は飼葉桶のキリストを思いおこさせるが、シュトレンにはこのような中世のキリスト教的背景があったのである。

次ページの《材料》バニラ砂糖の作り方

バニラスティックを細かく刻んでグラニュー糖とまぜてしばらく置き香りを付ける。長く使えるので作り置きをすれば便利。

## 「ドレスデナーシュトレン」(Dresdner Stollen)

《材料》 1kgのシュトレン2本分

干しぶどう	600 g	オレンジピール	100 g
	レモンピール	100 g	
アーモンド(皮付き・皮なし) 250 g (細かく砕く)			
バニラ砂糖	25g	ラム酒	大さじ 6
アーモンドオイル	12 滴	小麦粉	1kg
ドライイースト	4 袋分	バター	400 g
砂糖	150 g	牛乳	250cc
卵黄	2 個	溶かしバター	150 g
		粉砂糖	125 g

### 《作り方》

干しぶどう、オレンジピール、レモンピール、アーモンド、バニラ砂糖、アーモンドオイルをよく混ぜ合わせ、6 時間ほど重しをかけておく。時々かき混ぜる。

人肌に温めた牛乳に砂糖とドライイーストを加えて溶かす。

小麦粉を大きめのボールに入れ、中心にくぼみを作り、溶いたイースト液を流し込んでよく混ぜ 10 分置く。

10 分後に残りの砂糖、卵黄、バターをませ、まずハンドミキサーで、

つぎに手でよく混ぜ、暖かいところに 30 分ほど置いて発酵させる。

軽く打ち粉をした台に生地をのせ平らに延ばし、そこにドライフルーツを加えよくまぜあわせ、また 30 分間発酵させる。

その生地をもう 1 度よく捏ねて 3 ~ 4 cm 厚さの楕円形にのばし、重なりを少しずらして二つにたたむ。（間にピスタチオ、ケシの実、ゴマなどを挿んでもよい）

天板にオープンシートを敷きシュトレンの生地をのせ、もう一度 15 分ほど置く。

175 ° のオーブンで 70 分位焼き、竹串などでさして焼け具合をチェックする。

焼き上がったら熱いうちに表面に何カ所か穴をあけ、溶かしバター半量を全体にかけ、さらに粉砂糖半量を振りかけて 5 分ほど置く。

残りの半量で同じ作業をもう一度くりかえして仕上げる。

シュトレンがすっかり冷えたら、アルミフォイルにくるみ、涼しいところで少なくとも 1 週間ほど置いてから頂く。

ドイツでは、たいてい 11 月末ごろ作り、涼しい場所に保存しクリスマスを待ちます。

## 「レーブクーヘン」(Saftige Lebkuchen)

クリスマスのお菓子にレーブクーヘンがある。数種類のハーブを加えて焼き上げた中世伝来のクッキー風なお菓子である。

レーブクーヘンという言葉は、おそらくラテン語の Libum (パンケーキ、ケーキ、供え物のケーキ) に由来し、また、Leb=Laib は高地ドイツ語では薬劑を意味するので、その発生には、両方の意味があったと思われる。

実際に、レーブクーヘンには治癒力があると思われていた。というのは中世の修道院では薬草(ハーブ)の効用が研究され、錠劑や水薬などを調製していたので、クリスマスの特別なお菓子として、ハーブ入りのレーブクーヘンが配られたと思われる。イエスの誕生により、世界中に幸福と健康がもたらされるというメッセージを添えたこの甘くよい香りのお菓子は大人気であったろう。

このお菓子は、ニュールンベルグで作られるものが有名で、その歴史は古く、1395年のニュールンベルグの公式文書に記されているほど。そして今日までニュールンベルグの菓子職人たちは600年の伝統を守っている。

《材料》9cm大で10個分

ジャガイモ	250 g (湯がいて裏ごししたもの)		
卵	3個	砂糖	300 g
木の実	250 g (細かく挽いたアーモンド、ヘーゼルナッツ等)		

砂糖漬けレモン皮	50 g	砂糖漬けオレンジ皮	
	50 g		
小麦粉	220 g	ベーキングパウダー	
グローブパウダー	小さじ 1/2	カルダモン	小さじ 1/2
シナモン	小さじ 1		
オールスパイ	少量	(ナツメグの花は省略してもよい)	
ナツメグの花			
アニス			
胡椒			
ショウガ			

ス

(作り方)

卵をよく溶いて砂糖、ジャガイモ、木の実、レモンの皮、オレンジの皮を加え混ぜる。

そこに小麦粉、ベーキングパウダー、スパイス類を加えよく混ぜる。

円形の 9cm 大のオブラートの上に の種を大さじでぬる。

200 ° のオーブンの中段で 15 分ほど焼く。

## 「リキュール・スター」(Eierlikörsterne)

《材料》 25個分

バター	125 g	粉砂糖	100 g
塩	ひとつまみ	レモン皮(すりおろし)	1個
卵	1個	小麦粉	180 g
片栗粉	70 g	アーモンドパウダー	100 g
バニラエキス	適量	シナモン	適量

<出来上がりに塗る材料>

タマゴリキュール 100CC

粉砂糖 100 g

粉砂糖 50 g (振りかけるためのもの)

《作り方》

バターからシナモンまでの材料を混ぜ合わせ、一つにまとめラップで包み冷蔵庫で2時間休ませる。

粉をふった台に休ませた生地を置き、5mmの厚さに伸ばして星型で型抜きをする。



星型は生地約半量を少し小さな星型で抜き、その中心をさらに小さく抜く。

オーブンシートを敷いた天板に星形に抜いた種を並べ 180° のオーブンで 10 分程焼く。

その間にタマゴリキュールと粉砂糖(100g)をよく混ぜ合わせて滑らかにする。濃度は味噌ぐらいの硬さがよい。

焼き上がったクッキーの少し大きめのほうに を塗り小さい星をその上に重ね、中心の穴に を塊にして置き、全体に粉砂糖を振りかける。

## 「マラさんのポルチーニ・リゾット」

お菓子作りが続きましたので、ここでランチタイムのレシピをご紹介します。晩秋から冬にかけて豊富に採れるキノコ類と最近日本にも輸入されているドライ・ポルチーニ（イタリアのマッシュルーム）に鶏ひき肉を合わせた滋味豊かなマラさんのドイツ版雑炊です。

### 《材料》 6～7人分

鶏挽肉	500g	玉ネギ	1個（粗みじん切り）
ニンニク	1かけ	パセリ	適量
ポルチーニ	1/2袋（お湯で戻す、お湯は捨てない）		
生キノコ	250g（エリンギ、椎茸、しめじ等々好みで）		
米	4カップ（洗わないで）		
チキンスープ	4カップ		
バターまたはマーガリン	適量		
塩、胡椒、レモン汁	適量		

### 《作り方》

ニンニク、玉ネギ、キノコ類をよく炒め、そこに米を加え  
少し炒める。

そこにポルチニの戻し汁、チキンスープを加えて煮る。  
米の堅さを見ながら軟らかくなるまでチキンスープ、水を足し  
ながら煮てゆく。

出来上がったら塩、胡椒、レモン汁で味を調べ、みじん切りの  
パセリを散らす。

## 参考レシピ

### 「クリスマスローズ」(Christrosen)

#### 《材料》 3 5 個分

小麦粉	180g	バター	120g
砂糖	60g	卵黄	1 個
レモン皮	少量	( 摺りおろす )	
卵白	1 個	粉砂糖	60g
アーモンドパウダー	60g	( クルミのパウダーでも )	
ラム酒	大さじ 1	パン粉	大さじ 1 ~ 2

#### 《作り方》

小麦粉、バターを指先で混ぜながらフレーク状にする。

そこに砂糖、卵黄、レモン皮、シナモン加え素早く滑らかな生地をつくる。

粉をふった台に生地をのせ 4mm 位に薄く伸ばし、菊型で抜いて  
オイルを塗ったオーブンシートに並べる。

卵白に、ふるった粉砂糖を加えて堅く泡立て、そこにアーモンド  
パウダーとラム酒を加え、パン粉を、生地がしっかりとした状態  
になるよう加減しながら加える。

の種で小さなボールを作り、花型に抜いたクッキー生地を中心に置  
く。

175°のオーブンで約 10 分、きれいなきつね色になるように焼く。

完全に冷めたらクッキーの縁に溶かしたチョコレート塗る。

## 「シナモン・スター」(Zimtsterne)

ドイツには、クリスマスに美味しいものを食べたら一年中食べ物に困らない、  
という言い伝えがあったそうだ。そのため、クリスマスのお菓子には、  
北ヨーロッパのドイツには産出しない、南国産の特別に贅沢な材料を奮発  
した。

### 《材料》 50個分

アーモンドパウダー	500g
ブラウンシュガー	250g
卵白	3個
バニラ砂糖	小さじ3
シナモンパウダー	小さじ3(すりきり)
アーモンドオイル	6滴

### 《作り方》

卵白を堅く泡立て、ふるったブラウンシュガーを少しづつスプーンで  
加えながら混ぜ、半分をを取り分けて冷蔵庫で冷やす。

アーモンドパウダーに の卵白、バニラ砂糖、シナモン、アーモンド

オイルを加え滑らかな生地を作る。

扱いやすい量を2枚のサランラップの間に置き5mm位に伸ばし星型で抜くが、1回ごとに型を粉の中にポンとつけて抜くときれいに抜ける。

オーブンシートをしいた天板に星型を並べ、取り分けておいた卵白を表面に塗り、150°のオーブンで約20分焼く。

(オーブンシートから簡単にクッキーが剥がれるようになるまで)

網にのせて冷ます。