

大草原のローラ・インガルス

母から受け継いだ**コーンブレッド**は
家族の疲れをいやす、手作りの味



分

厚い鋳物の片手鍋、スキレットを見たことがありませんか？ フライパン型なので、肉を焼いたり炒めものにも使えますが、これで焼いたコーンブレッド

「ジョーニーケーキ」は、豆

料理や肉料理にぴったりの

食事向きのパンです。

コーングリッツで作った生地を、火にかけて温めたスキレットに「ジュー！」っと入れて、オーブンで焼きます。表面はこんがり、鍋に触れていた面は褐色のザクザクとしたおこげ状で、これがおいしいう。手で割ると、ほっこりとした断面から、熱く香ばしいコーンの香りが立ちのぼります。中はしっかりと、そして独特の粒々の食感。豆料理に合いますし、肉汁を煮詰めたグレービーをかけて食べるのも人気です。

ジョーニーケーキは、アメリカ建国のころから伝わ

る伝統的なコーンブレッドで、西部開拓時代にも愛されていました。そのころの家族を生き生きと描いた名作「大草原の小さな家」シリーズにも、ジョーニーケーキが登場します。

たとえば、処女作「大きな森の小さな家」には、作者であり、物語の主人公のローラ・インガルスが、なぜジョーニーケーキと呼ぶのか知りたくて、それを母親に尋ねる場面があります。この名の由来は、人の名前からとも「Johnny cake」旅のケーキから転じたとも……。

西

部開拓に汗した人々の生活は、とても忙しかったようです。広大な土地を耕したり、たくさん牛を追ったりする仕事は、体力を使うだけでなく、毎日が時間に追われる日々でした。しかも、見知らぬ大地に人生を賭けることは、とても勇気のいることで、ときに心細くなることもあったのです。

その彼らの、疲れた心と体をいやしたのが、ジョーニーケーキでした。手作りだけれども手間はかからない、しかも自分たちが新天地で作ったトウモロコシで出来た、新しいふるさとのパンは、彼らにとればほど勇氣と力を与えたことでしょう。

あなたもジョーニーケーキを焼いて、ローラと家族、開拓者たちの心を、お客様といっしょに味わってみませんか。

ジョーニーケーキ



※「コーングリッツ」……200g
「塩」……小さじ4
「ベーキングパウダー」……小さじ1/2
「ブレンヨーグルト」……50ml
「サラタ油」……大さじ2
「糖蜜」……大さじ1

- 1 オーブンを200℃に温めておく。
- 2 ホウルに※を入れて混ぜる。泡立て器を使うと混ぜやすい。
- 3 ブレンヨーグルトと、同量の水を混ぜておく。
- 4 サラタ油大さじ1を2の中央に入れて、その上から、熱湯60mlで溶いた糖蜜を注ぎ、全体を混ぜる。3を全体がしっとりとした感じになり、水分がしんでこない程度に加える。
- 5 スキレットをコンロで熱し、サラタ油大さじ1を入れてなじませる。4を入れて表面を平らにならし、ナイフなどで模様を描く。
- 6 オーブんに5を入れ、20〜25分焼く。表面はひび割れ、周りは茶色に。

（料理・高瀬康子／アルベジオ）

自由度高いコーンブレッド

ふくらし粉を使うパンは発酵パンに比べて作りやすく、クイックブレッドと呼ばれます。ジョーニーケーキはタッチ・オープン（蓋に炭火を置いて上からも使える鑄物の鍋）でも焼けますし、パンケーキのように片面焼きて作る方法もあって、開拓者たちに重宝がられました。ローラの時代には重宝を使いましたが、ベーキングパウダーを使うとふくらと仕上がります。

また、一般的にはブレンヨーグルトと水を混ぜたものではなく、バターミルク（バターを作った後に残る水分）を使います。糖蜜はハチミツやメープルシロップでもよいでしょう。自由度が高く、アレンジがしやすいのも、コーンブレッドの良さの一つです。

