

# 幸せのスパイスごはん Vol.35

文・写真 天野 明子 text&photo by Akiko Amano

## 夢のスリランカ編 その35「ココナッツチョコケーキ」

暦の上では春を迎えるとはいえ、まだ寒い日が続きますね。年度末を控えた気忙しいさもある中、少し時間がとれるときには温かい紅茶と共に、心を落ち着かせてくれる甘いおやつでほっと一息つくのはいかがでしょうか。

バレンタインの時期でもありますので、今回は紅茶の産地であるスリランカで親しまれている、ココナッツケーキをチョココレート風味にアレンジしたケーキをご紹介します。ココナッツやナッツの香ばしさとスパイスの風味が寒い季節にもぴったりで、つい手が伸びるお菓子です。

① ケーキの焼き型を準備する。金属のバットかケーキ型（今回は18×25×5cmのバットを使用）に薄く食用油を塗ってからオーブンペーパーを3枚重ねて敷き、ケーキ生地を流し込みやすいよう四隅をクリップなどで留めておく。

② ココナッツファイン60gに湯100mlを加えて揉み込み柔らかくしておく。

③ セモリナ粉50gをフライパンに入れ、中火で3分程度乾いりしておく。

④ 鍋にブラウンシュガー120g、カラメルシロップ大さじ1、水250mlを入れて中火にかけ、沸いたら②のココナッツファインを入れ、木べらで混ぜながら5〜6分、水分が減って少しもつたりとした状態になるまで加熱して火を止め、③のセモリナ粉を加えてよく混ぜ、粗熱を取る。

⑤ ④を冷ます間に次の工程の材料を下準備する。カシューナッツ50gはトッピング用に16粒を別に



とっておき、残り全部を粗く刻み、デーツ50g（またはレーズンやイチジクなどお好みのドライフルーツ）は食用重曹小さじ1/2と湯大さじ2を振りかけておく。バター40gを室温で柔らかくしておく。

⑥ ④に⑤を順番によく混ぜ込んでいき、バニラオイルを適量混ぜ、4〜5分置いておく。

⑦ 最後に加える材料を下準備する。卵大1個を割りほぐしておく。小麦粉80g、ベーキングパウダー小さじ1、ココアパウダー20g、シナモンパウダー小さじ1、カルダモンパウダー小さじ1/2、ナツメグ少々を混ぜ、ふるいにかけておく。チョココレート30gを粗く刻んでおく。オーブンを170℃に予熱する。

⑧ ⑥に⑦の卵を加えて混ぜ、粉類も一度ふるいにかけてながら加え、ダマが残らないようよく混ぜたら、チョココレートも混ぜ込み、①の型に流し込んで平らにならして⑤でトッピング用に残しておいたカシューナッツを飾り、数回作業台に型を軽く落として空気を抜き、型のクリップを外して170℃のオーブンで30〜35分焼き上げて出来上がり（機種や焼き型の違いで出来上がり時間が変わるので、庫内の様子を見ながら調整してください）。

今回の分量で12〜16食分ほどです。冷蔵で1週間ほど日持ちしますし、カットして1食分ずつラップで包んで密封容器で冷凍すればさらに長く楽しめます。常温でも温めなおしてもおいしいですよ。気軽にバレンタインプレゼントや家族や仲間と楽しむおやつなどとして、ぜひ作ってみてください。

### Profile

調理師、各国料理愛好家

エディトリアルデザイナーを経て、旅で出会った世界の料理や、関わった出版物からの影響を受け調理の道へ。レストランやスパインバルの調理場で勤務しながら多様なスパイス&ハーブ使いが展開されている世界の料理に惹かれ、日本在住の各国出身の方々から学ぶ。中でもスリランカ料理には特別な魅力を感じ、その美味しさとエネルギーを保ちつつも如何に日本に住まう自分達の体にフィットする形にしていけるか日々研究中。現在、長野で「旅する775（ななこ）ごはん」名義で出張シェフ、カレー教室講師等として活動中。 Instagram「旅する775ごはん」 <https://www.instagram.com/tabisuru775gohan/>

