

コーヒーの出がらしかりんとう

埼玉県立杉戸高等学校 3年
広辺 洋輔

1 作ろうと思った理由

スターバックスコーヒーをはじめとした、チェーン店の進出や、コンビニエンスストア等でのコーヒーマシンの普及により、コーヒーの消費は増加傾向(図1)でしたが、2020年からの新型コロナウイルス感染症の拡大によって、店舗での消費は減少し、家庭でコーヒーの消費量が増加しました(図2)。

豆からいれると、どうやっても出がらしが出てきます。コーヒーの出がらしに関して畑の肥料だったり、消臭に利用したり、炭として活用したり、とさまざまな方法がありましたが、家庭内で消費できる方法として肥料だったり炭として活用するのは難しいです。

そこで、コーヒー豆自体食べることができるのだから、出がらしも手を加えればおいしく食べることができるのではないかと思ったため作りました。



2 コンセプトとアイデア

① コンセプト

コーヒーの出がらしを使って、
コーヒーに合う食品を

② アイディア

クッキー
かりんとう
シュガートースト



出がらしの粒の食感を活かし、甘みを求めたため
かりんとうに決定!

3 作り方と材料



① 材料

かりんとう生地

| | |
|-----------|---------|
| 薄力粉 | 200g |
| 砂糖 | 20g |
| コーヒーの出がらし | 8g |
| 重曹 | 小さじ1/2杯 |
| 水 | 70ml |
| サラダ油 | 20ml |

蜜

| | |
|-----------|------|
| 砂糖 | 150g |
| コーヒーの出がらし | 10g |
| 水 | 10ml |

② 手順

(1) ボウルに薄力 重曹 砂糖 コーヒーの出がらし 水
サラダ油を加えこねる

(2) 生地をまとめてラップに包み30分間休ませる



(3) 生地を伸ばし棒状にカットし、
手でねじり食べやすいサイズに伸ばす



- (4) 160°Cの油で10分程度じっくり
きつね色になるまで揚げる



- (6) 混ぜたかりんとうを乾燥させる



- (5) 砂糖、コーヒーの出がらし、水を混ぜて泡立つまで加熱し、
揚げたかりんとうを絡める



【ポイント】

蜜に醤油を小さじ1/2杯入れると甘塩っぱくなる。
生地は厚すぎると中まで熱が通らなくなるので小さめに切る。
蜜を絡ませてからコーヒーの出がらしをまぶせると粒がサクサクする。
乾燥させるときに蜜でかりんとう同士が付かないように離れて乾燥させる。

4 食べた・作った感想

(1) 良い点

- ・ コーヒーの出がらし自体、味が豆のときよりも薄まるので「コーヒー苦くて飲めない」と言った人でも食べられる。
- ・ 出がらしの粒がゴマみたいな感じでゴマに比べて柔らかいので食べやすい。
- ・ コーヒーのお供として食べでも十分に合う、緑茶や麦茶にも合う。
- ・ だいぶ軽めに仕上がり、食べやすい。
- ・ 切る工程で食べやすいサイズに調整でき、コーヒー豆の挽き方によって色々な食感が楽しめる。

(2) 悪い点

- ・ 一回でできる量がかなり多いので揚げたり蜜を絡めたりする時間が長い。
- ・ 冷めた時の食感が出来立て時に比べてサクサクしておらず、少しつぶれ気味になってしまう。
- ・ コーヒーの出がらしの粒から出るコーヒーの香りが落ちてしまう。
- ・ 色味に余りかりんとうらしきがない

5 全体をとおして

① SDG'sの視点から

コーヒー市場の抱える問題は、生産地で子どもが農場で働かされていたり、生産費用以上に安く買ったたかかれていたりする人権問題、気候変動による、生産地の干ばつや豪雨による被害により、品質の低下や、農場を続けることが困難になる等の課題があります。

コーヒーを取り巻く環境は、SDG'sの様々な課題を含んでいて、「フェアトレード」商品の購入などが支援につながると考えています。

② 食材の視点から

今回はコーヒーに合うように、お菓子などの甘い食品に変えることをメインに考えました。ただ、コーヒーの出がらし自体は甘味がなく、粒の固めの食感が取り柄だと思っています。

豆の挽き方によって、粒の大きさが変えられることから、食感に変化を加えることで楽しめることも魅力です。

今後は、クルトンのように、サラダなどのちょっとした食事の献立へのアクセントとして使えないかと考えています。

③ 成分の視点から

コーヒーの出がらしの成分によっては、健康面でのメリットがあったりするのではないかと思います。コーヒー豆の成分は脂質 タンパク質 全クロロゲン酸類(ポリフェノール) カフェインなどがあり、抽出した後の出がらしにどの程度有効成分が残っているのか、どのように作用するかも考えたいところです。

また、テキサス大学エル・パソ校の研究チームがコーヒーの出がらしに含まれるカフェイン酸の抗酸化作用にルツハイマーやパーキンソン病などの神経変性疾患から脳細胞を守る作用が発見された。といった記事もあり、コーヒーの出がらしについては、注目点が多いと考えています。

