



みんな知りたい！ メレンゲが泡立つ仕組み

メレンゲがなぜ泡立つか知っていますか？
ここを抑えるだけでも、あなたのメレンゲの失敗が
少なくなるかもしれませんよ^^



**卵白ってね、90%が水。
ほとんどが水なんです。**

**水が泡立つなんて不思議だなあと思いませんか？
実は残り10%のタンパク質の中に
ヒミツが隠れています。**

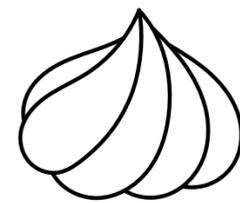
起泡性

水の表面張力を
緩めてくれる。だから
空気を抱き込める。



空気変性

空気に触れたら
固くなる。
だから泡立った状態で
形を保てる。



なので、実はメレンゲは
砂糖がなくってもは泡立つ
んですね。

でも、こんな想像をして見て下さい！

90%が水できてる泡。

なんとなく泡の膜がもろそうな気がしませんか？

実際にメレンゲを泡立てすぎると「離水」といって水とタンパク質が分離します。膜が弱いから耐えきれなくなると思ってください。



cottaさんのHPより。右が離水の状態

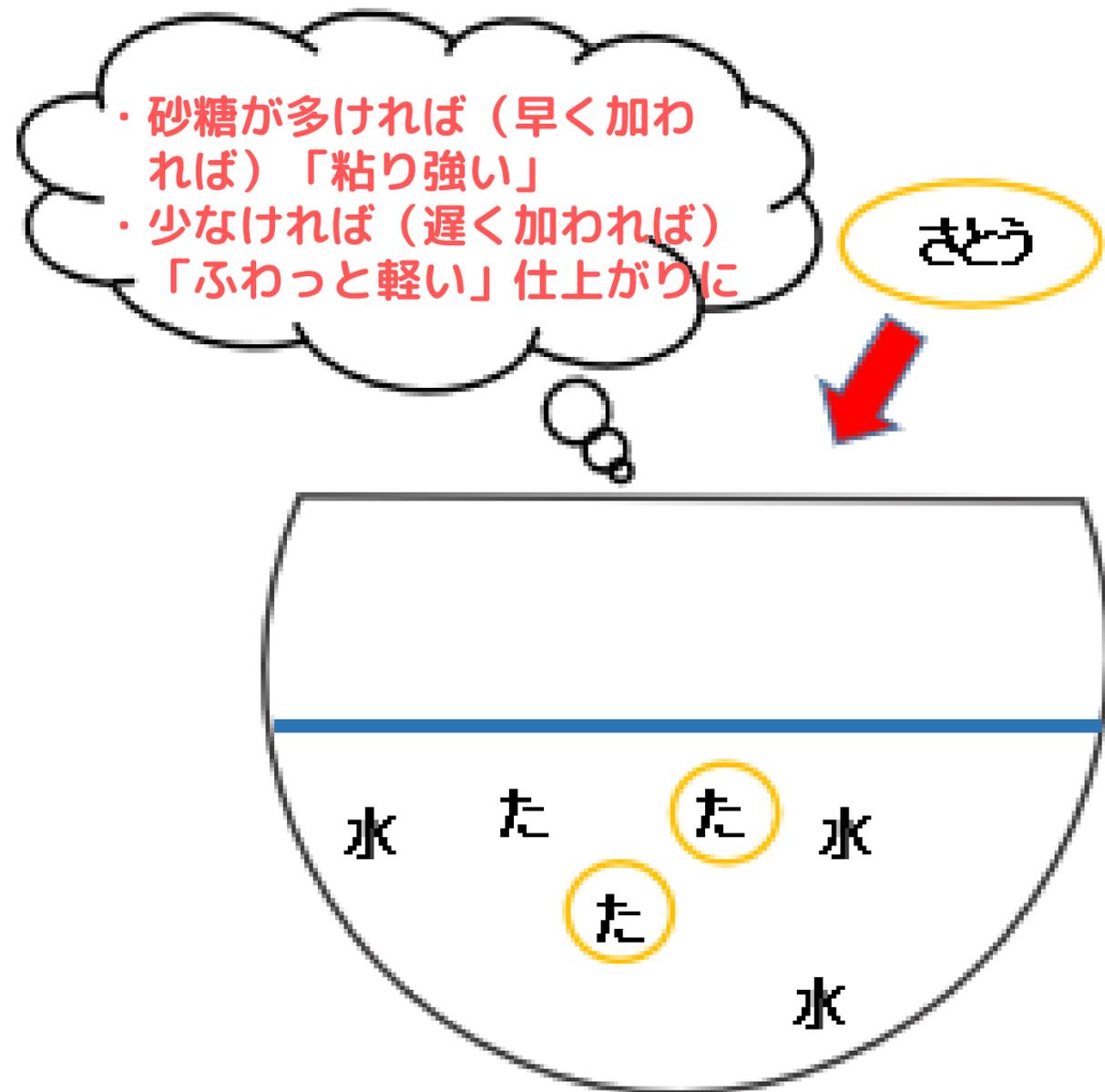
メレンゲの泡の強化剤！お砂糖！！

そこで！！登場するのが「砂糖」です。
お砂糖は水が大好き☆



卵白の水分を吸って溶けてシロップ状になり、
泡の膜を包んでくれる。膜を強くしてくれます。

こんなイメージです☆



砂糖は水を引きつけるチカラが強い

卵白中の水分を吸ってシロップになる

シロップが卵白のタンパク質を包む

- ・気泡が壊れにくくなる
- ・包まれたタンパク質は空気に触れられないため固くならない



キメ細かく柔らかい



気泡が多く、固い ©2023 ふわもふシフォン

← ※上下とも同じ卵白、砂糖の量です！

**メレンゲに加えるお砂糖の種類、
量、どのタイミングで加えるか
などで、メレンゲは激変します！**

**もちろんシフォンの食感も
びっくりするほど変わっちゃう！**

なぜ？を知ると食感も自由自在に！

メレンゲの仕組みを知ると、
ふわふわ、口どけなどあなた好みの食感
を作りやすくなるんです！！

この子はふわふわシフォン
にしたよ～^^



☆本やYouTubeを見て作ってもうまくいかない方は、
「なぜ？」を知ると驚くほど早く上達します♪

☆お教室の先生は「なぜ」を知ることによって、生徒さんも先生も楽しくてワクワクするレッスンができるようになりますよ！！

ふわもふシフォンでは米粉シフォン作りの
「なぜ？」をとことん研究した
魔法の米粉シフォン理論講座もあります。

体験レッスン開催中☆

気になる方は見てみてね！！！！

