

# ラ ガレット デ ロワ La galette des rois

キリスト教において1月6日は<sup>エピファニー</sup>épiphanie（主の公現）という祝日です。その日はイエス・キリストを救い主としての顕現を記念する日です。同じくイエス・キリストの洗礼を記念する日でもあります。

フランスでは、14世紀からその日に<sup>ガレット デ ロワ</sup>galette des rois（王たちのガレット）を食べる習慣が見られ、当時、ガレットを会食者の数+1切れに切りました。その最後の一切れはpart du bon Dieu（神様の一切れ）、あるいはpart du pauvre（貧者の一切れ）と呼ばれ、家にやって来る貧しい人のために取っておきました。

今日では、ガレットを食べるときは中に<sup>フェーヴ</sup>fèveを生地の中に隠します。昔は豆でしたが、今は小さな陶器の人形を生地に入れます。galetteを焼いたらfèveはどこにあるか分からないので、いちばん年下の人がガレットが見えないようにテーブルの下にもぐり、一切れ目は誰にあげますか？二切れ目は誰にあげますか？と問いにどんどん名前を言っています。最後にみんながガレットを食べて、fèveが生地の中に入っていた人が<sup>ロワ</sup>Roi（王様）として、紙でできた王冠を1日被ります。



fève



Galette frangipane et couronne



Galette comtoise

フランスで食べるガレットは、<sup>フランジパーヌ</sup>frangipane（アーモンド入りのクリーム）のガレットがほとんどですが、私が生まれた地方<sup>フランシュ コンテ</sup>Franche-Comtéでは、galette comtoiseも食べます。comtoiseというのは、「Franche-Comté地方から」という意味です。ガレットコントワーズの特徴はシュー生地できていることです。Frangipaneとちがってパイ生地は使いません。裏では、Galette comtoiseの作り方を紹介します。

# ガレットのレシピ

## Ingrédients pour 4 personnes — 材料（4人用）

牛乳：250ml

バター：80g

砂糖：60g

小麦粉：140g

塩：ひとつまみ

オレンジフラワーウォーター（バニラエッセンス）：大さじ2（適量）

卵：4個

## Préparation de la pâte à choux — シュー生地 の 作り方

- オーブンを180度に余熱する。
- 鍋の中に牛乳、細かく切ったバター、砂糖を入れ、温めます。砂糖がちゃんと溶けるように混ぜる。
- 沸騰し始めると火から外して、一気に小麦粉を入れて、よく混ぜる。
- 生地が乾くように3分間火に戻す。むらがなく、鍋にくっつかない生地を目指す。
- 生地をボールに移して、3個の卵を一個ずつ入れては、よく混ぜる。4個目の卵は白身だけ入れて、混ぜる。黄身は<sup>ドルール</sup>dorure（フランス菓子作りで、生地に卵液を塗って焼き色をつけること）に使用しますので、今は別のボールに置いておく。
- 最後に、生地にオレンジエッセンスを入れて混ぜる。

## Cuisson — 焼き方

- 型に薄くバターを塗る。
- 型に生地を広げる。アーモンドを生地の中に隠す。
- 残った黄身を微量の牛乳で薄め、ガレットに塗る。
- 最後に、フォークで模様を描く。
- 180度で30分焼く。

C'est prêt ! 出来上がり !