

3 米粉 ダッチブール

表面パリパリのま〜るい塩味パン♪
＜研修会レシピ＞



材 料（6個分）

（ダッチクリーム）

米粉	30g
塩	0.5g
砂糖	5g
無塩バター	4g
ドライイースト	2g
水（40℃）	50g

（パン生地）

米粉	160g
グルテン	40g
ドライイースト	5g
砂糖	12g
無塩バター	10g
塩	4g
水（冷水）	160g



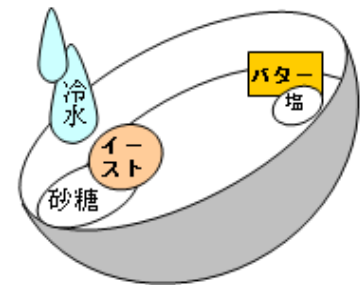
パン生地の材料をあらかじめ冷蔵庫で冷やしておくのがポイントです。

（ダッチクリームの作り方）

- ① 水以外の材料をボウルに入れる。そこに40℃に温めた水を加えて、泡立て器でよく混ぜる。
- ② 40℃で30～40分発酵する（オーブンの発酵機能などを使用）。

（パンの作り方）

- ① 米粉とグルテンをボウルに入れ、よく混ぜる（ムラがないように）。
- ② ①のボウルの片側を少しくぼませて砂糖、イーストを並べて入れる、反対側に塩、バターを入れる。そして砂糖とイーストめがけて冷水を注ぎ、砂糖を溶かすようひとまぜしてから、全体がひとかたまりになるまで混ぜる。
- ③ ②のかたまりを作業台の上に出し、表面につやが出てグルテンの膜ができるまで、こねる（力を込めて、素早くこねる。ここまでの作業が20分でできると理想的。生地がツヤツヤしてきて、伸ばすとグルテンの膜が出来ている。）。
- ④ こねあがったら、6分割（60g強）し、丸めなおし、15～20分生地を休ませる（ベンチタイム）。この間、生地を乾燥させないように、固く絞った濡れ布巾などをかけておく。
- ⑤ オーブンシートを敷いた天板を用意する。先に作っておいた「ダッチクリーム」を泡立て器で攪拌しなおす。



※次ページに続く

