

「パン作り」のコツとポイント

●材料

- ・材料はきちんと量りましょう。粉類を計量カップで量ると誤差が生じ、うまくできないことがあります。はかりを用いて計量してください。
- ・イーストは予備発酵のいらないドライイーストを使用してください。開封後は、中の空気を抜いて、袋の切り口を折り曲げ、テープなどで密封して冷蔵庫で保存し、早めに使い切りましょう。保存が悪かったり、古くなるとパンのふくらみが悪くなります。



●間隔をあけて並べて

- ・2次発酵後、生地は2~2.5倍にふくれます。



●生地が乾燥しないように気をつけて

- ・ベンチタイムのときは、生地にラップをかけ、乾燥しないようにします。2次発酵のときも乾燥が気になるときは、途中、何度か霧を吹いてください。

●おいしく食べるために

- ・焼き上がったら粗熱を取り、人肌程度になったら、ビニール袋に入れて乾燥を防ぎます。



●ドリュールは柔らかいハケでそっとぬりましょう



●発酵は様子を見て加減を

- ・室温や生地の温度、イースト活力などにより、発酵時間が違ってきます。

ロールパン

材料(9個分)

143kcal(1個) 塩分0.4g mL=cc

パン生地

強力粉	210g
砂糖	大さじ2
塩	小さじ1/2
ドライイースト	小さじ1(3g)
牛乳(室温のもの)	110mL
卵	M1/2個
バター	40g
ドリュール	
溶き卵	M1/4個分
塩	少々

- 1 水タンクに水を入れる。**水位1以上**
- 2 大きいボールに強力粉、砂糖、塩を合わせてふるい入れる。ドライイーストを加えて混ぜ、牛乳、溶き卵を順に入れて軽く混ぜたあと、柔らかくしたバターを混ぜこむ。
- 3 生地をひとまとめにし、強力粉をふった台の上でたたきつけるようにして力を入れて約10分、全体が均一に耳たぶくらいの柔らかさになるまでこねる。

<ポイント>

こね方が足りないと、空気を包みこむグルテン(小麦粉に含まれるタンパク質)の膜が充分にできず、空気が通り抜けてしまい、ふくらみません。

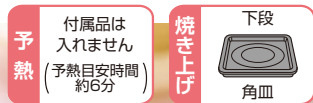
- 4 生地をのばしてみ、指が透けて見ればちょうどよい状態。
- 5 きれいに丸めなおして薄くバターをぬったボールに生地を入れ、乾いたふきんをかける。角皿にのせる。
- 6 5を下段に入れる。



手動加熱 →

ウォーターオープン・発酵のメニュー番号 **21** [予熱無]に合わせる

- **手動加熱** → **温度** 40℃
- **手動加熱** → **40~50分** → **スタート**



<ポイント>

1次発酵後の生地は2~2.5倍にふくらんでいます。指に粉をつけて中央を押し、穴がそのまま残れば、ほどよく発酵しています。穴がもどるのは発酵不足。様子を見ながら約10分発酵時間を足してください。



- 7 生地を軽く押してガスを抜き、生地の端をつかんで四方から折りこむ。(ガス抜き)
- 8 生地をスケッパーか包丁で9等分して小さく丸め、ラップをかけて約20分おき、休ませる。(ベンチタイム)
- 9 丸くなっている生地を細めの涙形にしてめん棒でのばし、太い方から巻く。薄くバター(分量外)をぬった角皿に間隔をあけて巻き終わりを下にして並べる。

10 9を下段に入れる。

手動加熱 →

ウォーターオープン・発酵のメニュー番号 **21** [予熱無]に合わせる

- **手動加熱** → **温度** 40℃
- **手動加熱** → **35~40分** → **スタート**

<ポイント>

2次発酵後の生地は2~2.5倍にふくらんでいます。発酵不足の場合は、様子を見ながら約10分発酵時間を足してください。

11 予熱する。(付属品・食品は入れません)

手動加熱 →

オープンのメニュー番号 **19** [予熱有]に合わせる

- **手動加熱** → **温度** 180℃
- **スタート**

12 予熱が完了すれば、パンの表面にドリュールをぬり、下段に入れる。回転つまみで **22~24分** に合わせて **スタート** を押す。



- 1 水タンクに水を入れる。**水位1以上**
- 2 材料表の材料で**ロールパン** (30ページ)の**2~5**と同じようにする。
- 3 **ロールパン**の**6~8**と同じようにして1次発酵をする。ただし、ガス抜きした生地は分割せずに約10分休ませる。(ベンチタイム)
- 4 生地を直径25cmの円形にのばし、クッキングシートにのせる。
- 5 角皿を**下段**に入れて予熱する。(食品は入れません)

手動加熱 →

オープンのメニュー番号**19**〔予熱有〕に合わせる

→ **手動加熱** → **温度** **250℃**

→ **スタート**

- 6 4にピザソースをぬって具をのせ、ピザ用チーズを散らす。
※サラミは焦げやすいのでチーズを上に乗せるとよいでしょう。
- 7 予熱が完了すれば、ミトンなどを使って角皿を取り出してドアを閉める。角皿に**6**をクッキングシートごとのせ、**下段**に入れる。回転つまみで**12~14分**に合わせて**スタート**を押す。

レギュラーピザ(サラミ)

材料(直径25cmのピザ1枚分)
135kcal(1/g切れ) 塩分0.7g mL=cc

ピザ生地	
強力粉	80g
薄力粉	40g
砂糖	小さじ2/3
塩	小さじ1/3
ドライイースト	小さじ1/2(1.5g)
水	70mL
サラダ油	大さじ1/2

トッピング	
ピザソース(市販のもの)	適量
サラミソーセージ(薄切り)	15枚
玉ねぎ(薄切り)	1/4個(50g)
ピーマン(薄切り)	1個
マッシュルーム(スライス・缶詰)	40g
ピザ用チーズ	100g
クッキングシート(または硫酸紙)	

ご注意

- クッキングシートは角皿からはみ出さないように切ってください。庫内壁面に触れたり、長時間加熱すると焦げることがあります。
- 予熱完了後は、角皿が熱くなっていますので、ミトンなどを使って取り出し、熱に強い台に置いてください。(やけどに注意)



目安時間 約14分
直径22cmの冷蔵ピザ

市販のピザ(冷蔵・冷凍)

材料

市販のピザ..... 1枚

- 1 水タンクに水を入れる。**水位1以上**
- 2 角皿にピザをのせ、**下段**に入れる。下表を参照し、加熱する。

材料	自動加熱	手動加熱	目安時間	
冷蔵ピザ	直径22cm	ピザ(冷蔵・冷凍) のメニュー番号 8 に合わせる。	ウォーターグリルのメニュー番号 22 〔予熱無〕に合わせる。	約14分
	直径15cm	ピザ(冷蔵・冷凍) のメニュー番号 8 に合わせる。スタート後、 仕上がりキー の ▼(弱) を押す。		約12分
冷凍ピザ	直径15cm	ピザ(冷蔵・冷凍) のメニュー番号 8 (冷凍)に合わせる。		約14分

※食品メーカーや中身の材料などにより仕上がりが異なることがありますので、様子を見ながら加熱してください。