

「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。

●ドリユ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。

●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。



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	M ¹ /2個
バター	40g
ドリユール	
溶き卵	M ¹ /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)の膜が十分にできず、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 → 29 発酵
→ 手動加熱 → 40℃
→ 40~50分 → スタート



予熱

付属品は
入れません
(予熱目安時間
約9分)

焼き上げ

下段
角皿

<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 → 29 発酵
→ 手動加熱 → 40℃
→ 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 →
27 オープン(予熱有) → 手動加熱
→ √温度へ 180℃ → スタート

12 予熱が完了すれば、パンの表面にドリユールをぬり、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。



予熱
角皿
下段
(予熱目安時間
15~20分)

焼き上げ
下段
角皿

目安時間
約11分

クリスピーなピザ (マルゲリータ)

材料(直径28cmのピザ1枚分)
75kcal(1/8切れ) 塩分0.2g

ピザ生地

強力粉、薄力粉	各45g
塩	少々
ドライイースト	小さじ1(3g)
水	大さじ1 2/3
牛乳	小さじ4
オリーブオイル	大さじ1
トッピング	
トマトソースまたはピザソース(市販のもの)	適量
モッツアレラチーズ(2cm角に切る)	120g
バジルの葉(なければドライバジルを適量)	8枚
クッキングシート(または硫酸紙)	

*モッツアレラチーズは種類によって溶け方が異なります。

1 水タンクに水を入れる。**水位1以上**
(発酵と焼き上げの両方ができる水量)

2 材料表の材料でロールパン(35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28cm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)

24 クリスピーなピザ → **スタート**

6 4にトマトソースをぬってチーズを散らす。

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。**スタート**を押す。

手動でするときは:27オープン(予熱有)の250℃で9~11分

8 加熱後、バジルの葉をのせる。

ピザのご注意

- 自動メニューの**24 クリスピーなピザ**で焼く場合は適切なタイミングで過熱水蒸気が入るため、水タンクに水を入れます。手動で焼く場合は、水は使いません。発酵するときは、水タンクに水を入れます。
- 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)



焼き上げ
下段
角皿

市販の冷凍ピザ

材料(1枚)

市販の冷凍ピザ(直径15cm).....1枚
クッキングシート(または硫酸紙)

1 水タンクに水を入れる。**水位1以上**

2 角皿にクッキングシートを敷いて冷凍ピザをのせ、下段に入れる。

手動加熱 →

30 ウォーターグリル(予熱無)

→ **手動加熱** → 19~20分

→ **スタート**

※上記の時間は直径15cmの冷凍ピザの目安時間です。サイズによって加熱時間を加減してください。

※食品メーカーなどにより、仕上がりが異なることがあります。



予熱
角皿
下段
(予熱目安時間)
15~20分

焼き上げ
下段
角皿

目安時間
約15分

※ピザのご注意(36ページ)もご覧ください。

レギュラーピザ(サラミ)

材料(直径28cmのピザ1枚分)
163kcal(1/8切れ) 塩分0.8g mL=cc

ピザ生地

強力粉	100g
薄力粉	50g
砂糖	小さじ1
塩	小さじ1/2
ドライイースト	小さじ2/3(2g)
水	90mL
サラダ油	小さじ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)	20枚
玉ねぎ(薄切り)	1/3個(70g)
ピーマン(薄切り)	2個
マッシュルーム(スライス・缶詰)	50g
ピザ用チーズ	120g
クッキングシート(または硫酸紙)	

1 水タンクに水を入れる。水位1以上
(発酵と焼き上げの両方ができる水量)

2 材料表の材料でロールパン(35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28cmの円形にのびし、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)

24 クリスピーなピザ → スタート
→ 仕上げりへ 強 ※30秒以内に押す

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への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。スタートを押す。

手動でするときは:27オープン(予熱有)の250℃で14~16分

バリエーション

※クリスピーなピザ(マルゲリータ)と同じ操作をする。

生ハムとルッコラ

材料(直径28cmのピザ1枚分)

トッピング

トマトソースまたはピザソース(市販のもの)	適量
ピザ用チーズ	90g
生ハム	5~6枚
ルッコラ(なければドライバジルを適量)	5~6枚

加熱後、生ハムとルッコラをのせる。

アンチョビと野菜

材料(直径28cmのピザ1枚分)

トッピング

トマトソースまたはピザソース(市販のもの)	適量
アンチョビ(缶詰)	5切れ
パプリカ(赤、黄)	適量
アスパラガス	1 1/2本
オリーブ	適量
ピザ用チーズ	90g
刻みパセリ	少々

パプリカは細切りに、アスパラガスは半分に切る。加熱後、刻みパセリを散らす。

※レギュラーピザ(サラミ)と同じ操作をする。

ツナトマト

材料(直径28cmのピザ1枚分)

トッピング

ピザソース(市販のもの)	適量
ツナ(缶詰)	80g
トマト	1個(100g)
玉ねぎ	1/4個(50g)
ピザ用チーズ	100g

ツナはほぐし、トマトは種を取って薄い輪切りに、玉ねぎは薄切りにする。

たらこ

材料(直径28cmのピザ1枚分)

トッピング

ピザソース(市販のもの)	適量
たらこ	50g
ピザ用チーズ	100g
刻みのり	適量

たらこは薄皮を取り、全体にぬる。ピザ用チーズ、刻みのりを散らす。

キムチ

材料(直径28cmのピザ1枚分)

トッピング

キムチ	80g
ゆで卵	1個
マヨネーズ	適量

*ピザソースはぬらなくてもおいしくできます。

キムチはひと口大に刻み、ゆで卵は輪切りにする。マヨネーズを全体に絞る。