

米粉食パン



★アレルギー表示

卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに
あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイ	牛肉	くるみ
さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	松茸
もも	山芋	りんご	ゼラチン	ごま	カシューナッツ	

1人分

エネルギー	936	kcal	たんぱく質	32	g
脂質	14.8	g	炭水化物	167	g
ナトリウム	1692	mg	原価		円

～材料～ 2斤型

・強力粉 200g

・水 165g

・米粉 50g

※温度や湿度によってパンの状態が変わります。

・砂糖 18g

水分量は目安としてお使いください。

・塩 4g

・スキムミルク 8g

・バター 10g

・ドライイースト 3g

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	ホットエアー	—	20分	160℃

作り方

1 バター以外の材料をすべて混ぜ、5分練る

2 1にバターを加え、さらに練る

3 40℃で倍になるまで1次発酵を行う(約60分)

4 ガス抜きを行い、ベンチタイムを行う(10分)

5 ガスを抜き、食パン型に丸める

6 40℃の発酵機に入れ、食パン型の8分目になるまで発酵させる

7 スチコンでホットエアー・160℃・20分加熱を行い、焼けたら叩きつけ、型から外し荒熱を取り完成

ホシザキ東海株式会社 コンサル室

*ポイント

型は蓋を外すと山形食パンになり、型を付けると四角の食パンができます。

