

奇跡のパン?

グルテンなし

指定25品目の  
アレルギー物質なし



## ホームベーカリーで作る 米粉食パン (小麦ゼロパン)



### 材 料

米粉(稲穂ミックス)	300g
砂糖	24g
塩	5g
水(米粉の90%)	270g
オリーブ油	12g
ドライイースト	4.2g

※水は、夏は低めに、冬は高めに  
(10~20℃に)して下さい。

### 作 り 方

1. 米粉・砂糖・塩を計量し、軽く混ぜておく。
2. パン羽をセットしたパンケースに水を入れ、1の粉を入れる。
3. 2の粉の頂点にくぼみを作り、そこにオリーブ油を入れる。
4. パンケースをセットして、イースト容器にドライイーストを入れる。イースト容器が無い場合は、水に触れない様にパンケースへ入れるか、または、材料が混ざった時点で手動投入する。
5. コースボタンで[米粉]を選択し、メニューボタンで[小麦なし]を点滅させ、スタートボタンを押す。

※

★『ねり』の行程中は、かなりシャバシャバの状態ですが問題有りません。

6. 焼き上がりの合図(ピッピツ)が鳴ったら取消を押して、ミトン(手袋)をはめてパンを取り出し粗熱をとる。
7. パンを切るタイミングは、3~5時間後の冷えてからが望ましい。

※ ホームベーカリーの機種により説明文の中のコースの名前が違います。ここでは、Panasonic の名前ですが、SANYO なら「米粉コース・食パンメニュー」ですし、購入時期が早い機種や他のメーカーの機種は短時間で焼けるコースを選択してください。

レシピ作成: 株式会社ミルズカトウ No.102A

(株)ミルズカトウの **洋菓子 米粉**

### 稲穂ミックス

※ホームベーカリー用のミックス粉  
(300g入りは、1斤用使い切り商品)

洋菓子 米粉 (稲穂ゴールドを使用)

糊料 (HPMC) 微量使用

この糊料は、天然のパルプから抽出した物  
で、医薬品カプセルにも使用されており、  
安全な商品と確信しております。