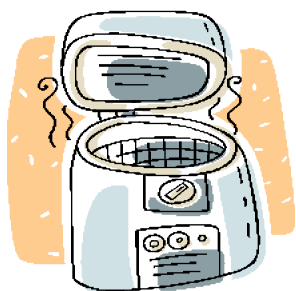


# 炊飯器で作る米粉パン



## .....材料..... (5.5合炊き)

A	米粉(稲穂ゴールド)	250g
	砂糖	20g
	塩	4g
	オリーブ油	10g
	ドライイースト	4g

## (とろり水)

水	300g
片栗粉	小さじ2



## .....作り方.....

- とろり水を作る。鍋に水と片栗粉を入れ混ぜ、火にかける。軽く沸騰したら火から下ろす。そのままひと肌冷ます。
- 残りの材料Aをボウルに入れ、1のとろり水(35度前後)を230g入れてゴムべらで混ぜる。まだ硬いのでとろり水を少しずつ加えながらよく混ぜる。  
(この時、混ぜた材料は上から垂らすと字がかけるほどになっている)
- 炊飯器の内釜に2を流し入れる。(5.5合炊きの炊飯器で1合の目もりほどの高さになる)
- 炊飯器のふたを閉め、2倍弱(2合の目盛り2~3mm下)まで発酵させる。 **発酵は下の説明をご覧ください。**
- 発酵したら「炊飯」キーを押す。終了の合図で竹串を刺してみて、まだ生の生地がついてくるようなら、もう一度「炊飯」キーを押す。
- 炊飯が終了したらパンを取り出し、網にのせ冷ます。

## 炊飯器について

このレシピでは5.5合炊きIH炊飯器を使用しています。1升炊き炊飯器の場合、材料を2倍にしてください。また、メーカーや加熱方式の違う炊飯器は、発酵時間や焼きの時間が異なる場合があります。お手持ちの炊飯器の「クセ」を掴んで加減してください。

## 発酵について

「発酵機能」のある場合・・・発酵メニューを利用して生地が2倍弱にふくらむようにしてください。  
「温度設定機能」がある場合・・・35に設定して、生地が2倍弱にふくらむようにしてください。  
上記の機能のない場合・・・炊飯器に生地を入れて「保温」にして5分おいてから、スイッチを切り、様子を見ながら生地が2倍弱にふくらむようにしてください。

## 炊飯器パンに合う美味しいディップ

### 鮭マヨ

鮭フレーク大さじ2  
+ マヨネーズ大さじ3

### おかか

鰹節 3g  
+ 醤油 小さじ1

### のりの佃煮

佃煮にちよっぴりわさびを加えても!

### あんこ

