

## 炊飯器米粉パン

このレシピでは **5.5** 合炊き IH 炊飯器を使用。『パン発 酵』・『早炊き』機能付きです。

····材料 (1/2斤)····

洋菓子用米粉 230g

(稲穂ミズホチカラ)

砂糖 26g 塩 2g

ドライイースト

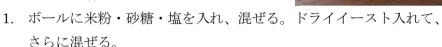
200g(冬は 10℃)

4g

お好みの油 10g

・・・・作り方・・・・

水 (5°C)



- 2. 1 に氷等で冷やした 5  $\mathbb{C}$  の水を入れ、**ゴムベラで** 2 分ほどよく混ぜる。
- 3. 油を入れ、もう一度1分混ぜる。

(この時、混ぜた材料は上から垂らすと溶け込まずに字がかけるほど の固さになっている。尚この時、生地温度が 25℃以下が望ましい。)

4. 炊飯器の内釜に3を流し入れる。

(5.5 合炊きの炊飯器で1合の目盛の少し下の高さ)

- 5. 炊飯器のふたを閉め、『パン発酵』ON。 (約30分で、2倍弱まで発酵)
- 6. 発酵したら「早炊き」ON。 約 15 分で切れるので、再度「早炊き」ON。約 10 分で切れるので、生地をひっくり返して入れ、再度「早炊き」ON。 また、約 10 分で切れるので、焦げ目を確認して不足なら、もう一度「早炊き」ON。(合計で40~45分焼成)
- 7. 炊飯が終了したらパンを取り出し、網にのせ1時間ほど冷ます。

粉を混ぜ 水のねり 2分	油を入れ ねり 1分	発酵 約30分	焼 成 炊飯 15 分+炊飯 10 分+ ひっくり返して 炊飯 10 分+(炊飯 10 分?)
--------------------	------------------	------------	---

## 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。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。

レシピ作成: ㈱ミルズカトウNo.123

