



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 4g
- 水 (5℃) 200g (冬は10℃)
- お好みの油 10g



・・・作り方・・・

1. ボールに米粉・砂糖・塩を入れ、混ぜる。ドライイースト入れて、さらに混ぜる。
2. 1に氷等で冷やした5℃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か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。