



グリッシーニ

使用する調理器具

ホームベーカリー
オーブン

できた製品の糖質・食物繊維含有量

1本（生地13g）当り

糖質 0.7g

食物繊維 1.6g

【材料】

パン de スマートミックス	180g
ドライイースト	4.5g
スキムミルク	4.5g
食塩	2g
卵（M玉）	1個
バター	15g
オリーブオイル	15g
水	170g

（室温に戻しておいて下さい。）

【作り方】

- ① ドライイーストをパンケースに入れ、次にミックス、スキムミルク、塩、卵、バター、オリーブオイル、水を順次加える。（水は、必ず最後に加えて下さい。）
- ② フタをしてスタートボタンを押し、生地コースで生地を作る。
（イースト容器が付いている機種でも、イーストは直接入れて下さい。）
- ③ 生地を取り出して軽く丸め、乾燥しないようにボウル等に入れて20分間休ませた後、半分に分割して軽く丸め、さらに10分間休ませる。
- ④ 生地を麺棒で軽く延ばし、冷蔵庫で1時間ほど生地を冷やす。
（冷やした方が、その後生地が延ばしやすくなります。）
- ⑤ 冷やした生地を麺棒で1cm位の厚さに延ばし、長さ20cm、幅1cm位に包丁でカットする。お好みで粉末チーズ等をトッピングする。
- ⑥ 生地を天板に並べ、温かいところで15分ほど発酵させる。
- ⑦ 予熱したオーブンで、200℃で15分間焼く。