

## フルーツ入りパン



使用する調理器具

日本ニーダー製  
ミキサー（キッチンニーダーKK81）  
発酵器（PF102）

できた製品の糖質・食物繊維含有量

1個当り  
糖質 8.4g  
食物繊維 20.4g

### 【材料】

ニーディング（1回目）

A	パン de スマートミックス	120g	
	ドライイースト	5g	
	全卵	45g	（約1個）
	水	375g	（夏10～15℃、冬15～20℃）

ニーディング（2回目）

B	パン de スマートミックス	180g	
	スキムミルク	5g	
	クルミ	30g	
	レーズン	30g	
	イチジク	30g	
	オレンジピール	15g	
	バター	35g	（室温に戻しておいて下さい。）

### 【作り方】

- ① Aをポットに入れ、5分間ニーディングする。
- ② ポットにフタをして10分間熟成させる。
- ③ Bを加えて15分間ニーディングする。（こね上がり温度26～28℃）
- ④ 生地を取り出し、表面を張らせるように丸め乾かないように固く絞った濡れ布巾をかぶせ、生地を休ませる。（10分間）
- ⑤ 生地を200gに分割し丸めて、乾燥させないようにして15分間休ませる。
- ⑥ 生地を麺棒で楕円形に伸ばし、生地に含んだ空気を押し出す。伸ばした生地を端から巻くか、丸めます。成形した生地の表面にナイフで切れ目を入れるか、ハサミでカットを入れます。成形した生地を天板に並べ、生地が乾燥しないようにして暖かい場所で30分ほど置き、大きさが3倍程度になるまで待ってください
- ⑦ 200℃で予熱しておいたオーブンに入れ、25～30分焼成してください。