



ロールパン&プチパン

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

ロールパン1個当り
糖質 3.3g
食物繊維 7.9g

【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	
	塩	2g	（粗塩をご使用になると塩味がまろやかにになります。）
	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 ロールパンは、70g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。プチパンは35gに分割し丸めた後ホイロに入れる。
- ⑥ ロールパンは、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。手で転がし丸めながら、幅16cmの円筒形に伸ばす。閉じ目を下に天板にのせる。醗酵（35～38℃約60分、目安は、3倍程度に膨らむまで）
- ⑦ オーブンに予熱を入れる（230℃）。溶き卵を刷毛で薄く塗り、3分待って焼成する。（220℃、ロールパン15分、プチパン10分）