

## IH+グリル調理 ちぎりパン



### IHヒーター

火力の目安  
火力1～火力3



### メニュー

設定温度の目安  
180°C

### 材料 (12個分)

<b>A</b>	強力粉	200g
	砂糖	20g
	塩	2g (小さじ1/3)
	ドライイースト (顆粒状で予備発酵不要のもの)	3g (小さじ1)
牛乳 (約30°Cにあたためる)		140mL
バター (室温に戻す)		20g

### 作り方

1. ポリ袋に**A**を入れて、ふって混ぜ合わせ、牛乳とバターを加えて少し空気を入れポリ袋の口を閉じ、両手で揉んで粉と水分をよく混ぜ合わせる。
2. 袋のままのし台の上に置き、外側に生地を中に入れ押しつける。少しづつ回しながらそれを繰り返す。
3. 約10分ほどこねて生地がまとまってきたら、ポリ袋から取り出し、のし台の上に置く。こね上がり具合を見て、こねが足りないようなら、生地をのし台の上でくるくる転がすか、両手でVの字を描くように転がす。
4. 生地をスケッパーで12等分し、1個ずつなめらかな面を表に出し丸め、閉じ目を下にして、フライパンの中央に4個と残りを円形に並べふたをする。フライパンをIHヒーターの中央に置き、「とろ火」の「火力1」で約2分加熱し、「切」ボタンを押す。
5. フライパンにふたをして、そのまま室温に置き、発酵させる。(目安は生地が1.5倍)
6. ふたをしたフライパンをIHヒーターの中央に置き、「弱火」の「火力3」で約6～7分焼き、「切」ボタンを押してふたを外す。
7. グリルドアを開いて、6のフライパンを皿受けの中央に置き、取っ手を外して、グリル「メニュー」の「手動オープン」「180°C」を選び、「スタート」ボタンを押し、様子を見ながら約15～20分加熱する。