



作りかた

1. 給水タンクに満水ラインまで水を入れてセットする。
2. ポリ袋（市販）にAとドライイーストを入れて混ぜ合わせる。
3. バターを容器に入れ **レンジ** **500W** **約30秒** で加熱して溶かし、水を加える。
4. ③を②に入れてポリ袋に少し空気を入れて口を閉じ、振って粉と水分をよく混ぜ合わせる。



5. ④を約10分十分にこねる。
6. ⑤を2~3cmの厚さに整え、テーブルプレートの中央に置き、**スチーマレンジ発酵** **8~12分** 仕上げ調節 **中** で1次発酵をする。

加熱の目安

加熱：約30分

1回に作れる分量

8個分

使用付属品



テーブルプレート
下段



給水タンク 満水

カロリー

85kcal

塩分

0.3g

※カロリーと塩分は1人分または1回に作れる分量の値です。
このレシピはMRO-S8A対応レシピです。

材料

A 小麦粉（強力粉）

8個分

150g

A 砂糖

9g

A 塩

2g

ドライイースト

3g

水

カップ1/2（約100mL）

バター

12g

簡単パンのコツ

使えるポリ袋は

市販の25×35cmほどの大きさで、穴のあいていない電子レンジで使える 半透明の袋か、透明なポリ袋です。

発酵の時間は様子を見て加減

季節や室温、テーブルプレートの冷え具合によって違います。1次発酵は8~12分発酵させ、2次発酵で調節します。

	ふくらみが小さい	ふくらみが大きい
2次発酵	12~20分	6~8分

生地が乾燥しないように

生地表面が乾燥するとふくらみが悪くなります。ラップかたたく絞ったぬれぶきんをかけたり、表面に霧を吹きます。

生地の丸めかた（成形）は

なめらかな面を表にして切り口を中にかくように丸め、裏側の開いている部分を指でつまんで閉じます。

パンの表面につやを出したいときは

焼く直前に、生地の表面に塩少々を加えた溶き卵を薄く塗ります。

こねあげの目安は

粉のかたまりがなくなり、粘りけが出て、ガムのようにのびるようになって、生地が袋から離れて1つになるのが目安です。





7. 打ち粉（強力粉・分量外）をしたのし台に生地を取り出し、手でかるく押して中のガスを抜く。

8. 生地をスケッパー（または包丁）で8個（1個約33g）に切り分ける。手でちぎると生地が傷んでふくらみが悪くなる。



9. 生地のひとつひとつを手のひらで丸めてオープンシートを敷いたテーブルプレートの中央に写真のように並べる。



発酵の仕上がり目安は

室温やイーストの種類によって多少異なります。

●1次発酵は生地が1.2～1.5倍になり、のぼしたときに網目状になるのが目安です。



●2次発酵は生地が1.5倍くらいになるのが目安です。



加熱が足りなかったときは

オープン 予熱無 180℃ で様子を見ながら加熱します。

10. ⑨を加熱室底面にセットし スチームレンジ発酵 8～12分 仕上がり調節 中 で2次発酵をする。

11. 発酵後、⑩を 下段 に入れ スイーツ/パン 94 簡単パン で加熱する。