



加熱の目安		使用付属品	
約30分			テーブルプレート
1回に作れる分量			下段
8個分			給水タンク 満水
カロリー	塩分		
85kcal	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。

材料	8個分
A 小麦粉（強力粉）	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

## 作りかた

- 給水タンクに満水ラインまで水を入れてセットする。
- 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。
- 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。
- 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。



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



- 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。



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** **96 簡単パン** で加熱する。

## 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。ラップかか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すように丸め、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。



### 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、のば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。

## 関連するレシピ



簡単レーズンパン