



## 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. ボウルにAとドライイーストをふるい入れ、Bを加え、よく混ぜてひとまとめにする。
3. 生地がベトつかなくなり、ボウルからくると離れるまでよくこね、台にたたきつけてのばしたり、半分に折って押ししたりしながら約15分こね、生地を丸める。



4. バター（分量外）を薄く塗ったボウルに③を入れ、角皿にのせて下段に入れ スチームオープン発酵 1段 35℃ 30~60分 で1次発酵をする。
5. 生地が2倍に発酵していれば十分。（指に小麦粉（分量外）をつけ、生地の中央を刺してみても、指の穴がそのまま残る状態。）
6. 打ち粉（強力粉・分量外）をしたのし台に、ボウルをふせて生地を取り出し、手でかるく押して中のガスを抜く。

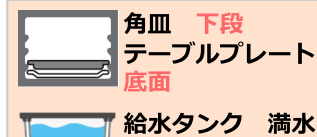
### 加熱の目安

予熱：約10分  
加熱：約38分

### 1回に作れる分量

2本分

### 使用付属品



### カロリー

840kcal

### 塩分

4.7g

※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-W10A対応レシピです。

材料	2本分
A 小麦粉(強力粉)	300g
A 小麦粉(薄力粉)	70g
A 砂糖	5g
A 塩	8g
ドライイースト	5g
B めるま湯(約30℃)	210mL
B レモン汁	6mL
ベーコン	4枚
にんにく	適量
こしょう	適量

### ベーコンエピのコツ

#### こねあげた生地の温度

25~27℃が最適です。夏場のように室温が高いときは、多少低めにします。

#### 発酵温度は

ベーコンエピは35℃が基本です。生地の初温、季節、分量などによって温度（30~45℃（5℃単位））を使い分けます。

#### 発酵の仕上がり具合は

イーストの種類や室温、季節によって多少違います。発酵不足の場合は様子を見ながら時間を追加してください。発酵途中で生地の表面が乾いているときは、スチームショットで水分を補ってください。

#### ベンチタイム中や予熱中に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。

#### 生地の扱いはていねいに

手のひらでかるく扱います。ちぎったり、形が悪くてやり直したりするとふくらみが悪くなります。

#### 手動調理で焼くときは

オープン 予熱有 1段 230℃ で予熱します。予熱終了音が鳴ったら、やけどに注意して、角皿を下段に入れ 29~36分 で加熱します。

7. 生地をスケッパー（または包丁）で2個（1個約300g）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。
8. 生地のひとつひとつを手のひらか、のし台で表面がなめらかになるように丸め、ラップかかたく絞ったぬれぶきんをかけ、生地の温度が下がらないようにして約20分休ませる。（ベンチタイム）
9. ⑧の生地をタテに20cmの棒状にのばし、ベンチタイムのときに下になっていた方を上にして、めん棒で35cmのだ円形にのばし、表面にんにく、こしょうをふってベーコンをタテに2枚ずつ並べ、端から巻いて合わせ目を閉じる。
10. ⑨をバター（分量外）を薄く塗った角皿に、⑦～⑨で成形した生地を閉じ口が下になるようにのせ、角皿を下段に入れ スチームオープン発酵 1段 35℃ 20～40分 で2次発酵する。終了音が鳴ったら、発酵具合を確認し、2～2.5倍になれば、発酵は十分。
11. 発酵後、角皿を取り出し 173 ベーコンエビ で予熱する
12. 予熱をしている間、生地にラップか、かたく絞ったぬれぶきんをかけて室温で発酵させる。予熱終了の直前に、キッチンばさみで左右に切り目を入れ、それぞれ左右にふり分ける。



13. 予熱終了音が鳴ったら、やけどに注意して、⑫を 下段 に入れ、加熱する。