



## 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. 生地がバトつかなくなり、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。



### 加熱の目安

予熱：約10分  
加熱：約38分

### 1回に作れる分量

9個分

### 使用付属品



黒皿 下段  
テーブルプレート



給水タンク 満水

### カロリー

1393kcal

### 塩分

7.9g

※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

| 材料           | 9個分   |
|--------------|-------|
| 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   |

### シャンピニオンのコツ

#### 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

シャンピニオンは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℃** **29～36分** で予熱します。予熱終了音が鳴ったら、やけどに注意して、黒皿を**下段**に入れ加熱します。

4. バター（分量外）を薄く塗ったボウルに③を入れ、黒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、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。

---
7. 生地をスケッパー（または包丁）で9個（1個約67g）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. 1個分の生地から約1/5を切り取って、それぞれ丸める。小さい生地をめん棒で4～5cmの円形にのばし、片面に強力粉（分量外）をふり、大きい生地の上に粉をふった面を下にしてのせたら、小さいはしの頭で押して、上の生地を中に食いこませる。

---
10. ⑨をバター（分量外）を薄く塗った黒皿に、⑦～⑨で成形した生地を閉じ口が下になるようにのせ、黒皿を **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。発酵後、黒皿を取り出し **159 シャンピニオン** で予熱する。

---
11. 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。

---
12. 予熱終了音が鳴ったら、やけどに注意して、⑩を **下段** に入れ、加熱する。

---