

ミニバーガー



2020.11.21

tamasawa親子料理教室

材料 (ざいりょう)

*生地 (きじ)

強力粉 (きょうりきこ)	100g
全粒粉 (ぜんりゅうこ)	40g
砂糖 (さとう)	大さじ1
イースト	小さじ2/3
バター	20g
塩	小さじ1/2
ぬるま湯 (42~43℃)	80~90cc

*焼成用

卵液 (たまごえき)	適量
白ごま	適量

*つくりかた

- ① コネ やわらかいパンになるようにこねこねします。
- ② 一次発酵 40℃ (30~40分)
パン生地をしっかりと2倍の大きさになるまで発酵させます。
- ③ ガス抜き
ふくらんだ生地のガスを優しく抜きます。
- ④ 分割 6個
- ⑤ ベンチタイム 10分
切り刻んだ生地を休ませてあげる時間です。
- ⑥ 成型
手のひらの上でガスを抜き、しっかりと丸め直しをします。
- ⑦ 二次発酵 40℃ (20~30分)
* 15分経ったら室温に出して予熱を入れましょう!!
一回り大きくなるまで発酵させます。
- ⑧ オーブンに予熱を入れる。
- ⑨ 仕上げ パン生地を潰さないように優しく卵液をぬり、白ごまをふる。
- ⑩ 焼成
オーブンの開け閉めは素早く行いましょう。
温度が下がるとふくらみが悪くなります。
- ⑪ トッピング

電気オーブン	200℃ (14~17分)
ガスオーブン	190℃ (12~15分)

パンが冷めたら半分に切り好きな具材を挟んで完成です。

* オーブンの温度、焼き時間は目安です。