

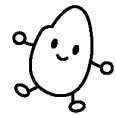
米粉のきな粉あんパン



(100g当たり)



エネルギー kcal	蛋白質 g	脂質 g	炭水化物 g	カルシウム mg	食塩相当量 g
254	10.2	7.9	37	61	0.7



材料と分量 (11個分)

米粉ミックス	200g
きな粉	32g
三温糖	20g
塩	3g
牛乳	186g
卵	30g
無塩バター	24g
イースト	4g
こしあん	330g
溶き卵	少々

〈 作り方 〉

下準備:こしあんを30gずつ丸めておく!!

- ① 米粉ミックス、きな粉、三温糖、塩を合わせて混ぜる。
- ② ホームベーカリーの容器に卵、牛乳、無塩バターを合わせ入れる。
- ③ 2の中に1を入れ、一番上に窪みを作り、ドライイーストを入れる。
- ④ 米粉パン生地コースにセットしスタート。
- ⑤ 捏ねあがったら、生地を約45gずつ分割する。(11個)
- ⑥ 分割した生地をめん棒で薄く伸ばし、丸めたこしあんを入れる。
- ⑦ 少し平らな円形にととのえ、霧吹きをして40℃で40分発酵する。
- ⑧ 発酵後、一度取り出して、溶き卵を塗り、きな粉をふってオーブン180℃で約15分焼く。

