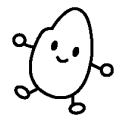


# 米粉のミートポテトパン



(1個当たり)

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
249	9.4	9.9	31.4	78	1.1



## 材料と分量 (約11個分)

<b>生地</b>	
米粉ミックス	300g
ドライイースト	6g
砂糖	35g
塩	4g
スキムミルク	15g
無塩バター	35g
卵	40g
水	195g
<b>トッピング</b>	
じゃがいも	中3個
バター	15g
マヨネーズ	20g
塩コショウ	少々
ミートソース缶	適量
ピザ用チーズ	適量
溶き卵	少々
パセリ	少々

## 〈作り方〉

- ① じゃがいもは茹でて熱いうちに潰し、バター・塩コショウ・マヨネーズと混ぜて、7個に丸めておく。
- ② ボウルに米粉ミックス・砂糖・塩・スキムミルクを入れ軽く混ぜ合わせておく。
- ③ ホームベーカリーの容器に水・溶き卵・無塩バター・1の粉類・ドライイーストの順に入れる。
- ④ 米粉パン生地コースにセットしてスタート！！
- ⑤ 捏ね上がれば、生地を60gずつに分割し、丸めておく。
- ⑥ 生地をガス抜きし、めん棒で丸く伸ばし、丸めたじゃがいもを包み、40℃で40分発酵させる。
- ⑦ 表面に溶き卵を塗り、はさみで十字に切り込みを入れ、その上にミートソース、チーズをのせる。
- ⑧ 180度に予熱したオーブンで12～13分焼く。

