

## 米粉のロールパン



(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
274	9.2	7.3	44.1	76	0.9



## 材料と分量 (13個分)

米粉ミックス	.....	300g
砂糖	.....	30g
食塩	.....	4g
スキムミルク	.....	15g
水	.....	228g
(粉に対して76%)		
無塩バター	.....	36g
イースト	.....	6g
溶き卵	.....	少々

## 〈作り方〉

- ① 米粉ミックス・砂糖・食塩・スキムミルクを混ぜ合わせる。
- ② ホームベーカリーに水とバターを合わせて入れ、1を上から静かに入れて、一番上に窪みを作ってドライイーストを入れる。
- ③ 米粉パン生地コースにセットしスタート!!
- ④ 捏ね終わったら、生地を均等に切り分け、丸める。(45gで13個)
- ⑤ ロールパンに成型し、霧吹きをして40℃で40分発酵させる。
- ⑥ 生地に溶き卵を塗って190℃のオーブンで17～20分焼く。

## 〈料理のポイント〉

手ごねの場合もこの分量で出来ますが、生地を切り分け丸めたあとにベンチタイムを15分とると美味しく出来上がります。ウインナーを挟んでウインナーロールパンやお好みの食材を挟んでオリジナルパンにも!!

