

米粉の白いパン



(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
138	4.3	3.2	24.2	10	0.4



材料と分量 (11個分)

米粉ミックス	300g
練乳	18g
砂糖	30g
食塩	4g
ぬるま湯	252g
無塩バター	33g
ドライイースト	6g
仕上げ		
米粉	少々

〈作り方〉

- ① ボウルに米粉ミックス・砂糖・塩を入れ軽く混ぜ合わせておく。
- ② ホームベーカリーの容器に、ぬるま湯で溶いた練乳、無塩バターを入れ、その上から1を入れ、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でスタート!!
- ④ 捏ね終わったら、生地を均等に切り分け、丸める。(60gで11個)
- ⑤ ガス抜きをして、もう一度丸め、真ん中にはしで筋を入れる。
- ⑥ 40℃で40分発酵する。
- ⑦ 茶こしで表面に米粉をふり、130℃のオーブンで30分焼く。

★一口メモ★

上に焼き色が付いてきた場合は、アルミホイルをかぶせて焼き色が付くのを防ぐ。

