白神こだま酵母で作るローフ型のパン

材料　（２個分）

国産強力粉　300ｇ

糖分　大さじ2杯（1～2）

自然塩　小さじ1

白神こだま酵母ドライ小さじ1

ぬるま湯（30～35℃）　大さじ1

ぬるま湯（30～35℃）または水

（パン焼き器の場合は必ず水）180cc

バターまたは菜種油　大さじ1　（なくてもOK）

レーズン、クルミなど　適宜

1.　粉類など、それぞれの材料を正確に計量。

2.　ぬるま湯、大さじ1に、酵母をふり入れ、そのまま2～3分おく。使う前に混ぜる。

3.　強力粉、砂糖、塩をボールに入れ、粉類をすくい上げるようにして、2～3分混ぜる。

　　溶かした酵母を加え、ぬるま湯も加え、混ぜる。

4.　粉と水分をなじませるように5分捏ねる。

5.　生地の表面をきれいに丸め、乾かないように濡れ布巾かボールをかけ、5分休ませる。

　　これを｢相談タイム｣と呼ぶ。

6.　10～15分捏ねるが、生地を傷めないように体重をかけ捏ねる。この時、バターなどの油分を

2～3回に分け加える。（パン焼き器の場合は最初からでもOK）

　　（ドライフルーツやナッツを加える場合は、生地が捏ね上がって2～3回に分け加える）

7.　表面を滑らかにするようにして、丸め、閉じ目を下にして、ボールに入れる。

　　乾かないようにラップをかけて、30℃のところに50～60分置き、発酵させる。

　　30℃以下の場合だと時間を長めに取るとよい。

　　2～2.5倍に膨らみ、人さし指に強力粉を少々付けて生地にさし、穴が開いたままなら、

一次発酵完了！（一次発酵）

8.　ボールから、うまく取りだし、スケッパーか包丁で二つに分割する。

　　生地の表面を伸ばし、滑らかになるように丸める。（分割して丸める）

9.　生地が乾燥しないよう大きなボールまたは、濡れ布巾をかけ、15分休ませる。

　　分割して傷んだ生地を休ませるのを｢ベンチタイム｣と言う。（ベンチタイム15分）

10.　丸めた生地を麺棒で延ばし、楕円にし、レーズン、クルミなどナッツを乗せ、押さえ、

　　端からくるくる巻いて行く。最後を閉じて、両端も閉じて、ローフ型に形成する。（形成）

11.　生地をオーブンペーパーに乗せ、乾燥しないように霧吹きで霧をかけ、30℃のところに

50～60分置き、最終発酵させる。冬場は暖房で部屋の温度をあげる事。2倍強の大きさになる。

（最終発酵50～60分）

12.　オーブンを200℃に予熱しておく。生地に胡麻などふりかけ、霧吹きし、クープナイフで

クープ（切り目）を入れる。3～5分置き、クープが開くのを待つ。

13.　200℃に予熱したオーブンに入れ、15～20分焼く。（焼く）

焼き上がったら直ぐ出し、粗熱を取る。（完成）　　　　　　　　　　　　　　2012.10.25