

趣味パン ナン

バターを加える

ヨーグルトを加える

最終発酵をとらずにフライパンで焼く

サンプルレシピ



	ベーカーズ%	仕込み量
	1	3

材料	ベーカーズ%	仕込み量	メモ
強力粉	100 %	300 g	
IDY	1 %	3 g	
塩	2 %	6 g	
砂糖	3 %	9 g	
水	40 %	120 g	
プレーンヨーグルト	20 %	60 g	
バター	6 %	18 g	

1. 材料を計量しておく。
2. ボウルに強力粉を入れて、IDY、塩、砂糖を入れる。この時、IDY、塩、砂糖をボウルの3隅に入れる。ホイッパーで粉類をよく攪拌させる。その後、すり鉢状に中央を窪ませておくこと。
3. 水とヨーグルトを計量しよく混ぜ合わせておき、粉類の中央に注ぐ。ホイッパーで混ぜてドロドロを作る。バターを計量し、レンジで溶かす。ホイッパーで混ぜながら、ドロドロ部分にバターを注いで混ぜ合わせる。外側の粉を内側の水分に触れさせるように混ぜていく。水分を粉全体に行き渡らせるイメージ。
4. フレーク状のものが出来てきたら、ここから生地をまとめていく。まとめた生地を、表面をつっぱらせるように丸め直す。丸めた生地をボウルにもどし、ぴったりラップをかける。
5. 50分の一次発酵。
6. 膨らんだ生地を潰すようにしてガス抜きをする。再び表面をつっぱらせるように丸め直す。丸めた生地をボウルにもどし、ぴったりラップをかける。
7. 50分の二次発酵。
8. 作業台に打ち粉を振って、発酵した生地を移す。分割して、小物丸めにする。（100g~150gが

食べきりやすい。)

9. 濡れたフキンをかぶせて、10分のベンチタイム。
10. 綿棒で伸ばし成形したら、フライパンで焼く。
11. 焼くときの目安。薄煙が立つまでフライパンを熱したら、中火に弱める。片面1分ずつ焼いたら、ちょうど良い焼き色に。