

趣味パン ロデヴ

ライ麦粉を加えてみる

吸水率を上げてみる



サンプルレシピ

	ベーカース%	仕込み量
	1	3

材料	ベーカース%	仕込み量	メモ
強力粉	80 %	240 g	
ライ麦粉	20 %	60 g	
IDY	1 %	3 g	
塩	2 %	6 g	
砂糖	3 %	9 g	
水	90 %	270 g	

1. 材料を計量しておく。
2. ボウルに強力粉とライ麦粉を入れて、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. 水を粉類の中央に注ぐ。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。
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。手数少なく250g〜300gに分割する。この分量だったら、大体半分にして貰えば2個分になります。指先に打ち子をたっぷりつけて、生地の側面を下へ滑り込ませるようにして長方形に形作ります。
9. 成形したものをシートを敷いた天板に並べる。ここでも上記の要領で形の微調整をします。

10. 最終発酵なし。

11. 生地の上に粉を振るう。切れ込みを入れる。

12. 焼成 240℃ 10分 反転 10分 (目安)