

趣味パン ナポリピザ

吸水率を下げてみる

サンプルレシピ



	ベーカース%	仕込み量
	1	2.0

材料	ベーカース%	仕込み量	メモ
強力粉	100 %	200 g	
IDY	1 %	2 g	
塩	3 %	6 g	
水	60 %	120 g	
オリーブオイル	5 %	10 g	
トマトソース		適量	トマト缶に塩を加えるだけ。
モッツアレラ		適量	
バジル		適量	
粉チーズ		適量	
オリーブオイル		適量	

1. 材料を計量しておく。
2. ボウルに強力粉を入れて、IDY、塩、を入れる。この時、IDY、塩が触れないように。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ぎ、少しなじませる。ドロドロ部分にオリーブオイルを少しずつ加える。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. 40℃で30分の一次発酵。
6. 作業台に打ち粉を振って、発酵した生地を移す。150g～200gに分割して、小物丸めにする。それをバットやタッパーに入れて蓋をする。

7. 冷蔵庫に入れて一晩おく。
8. 翌日生地を取り出したら、30分室温に置いて生地を起こす。
9. 作業台に打ち粉を振って、生地にもたっぷり粉をつける。縁に厚みを残しながら円形に伸ばしていき、シートを敷いた天板に並べる。
10. トマトソースを塗り、モッツアレラとバジル、粉チーズを散りばめて、オリーブオイルをひと回しかける。
11. 焼成 350°C 3分 反転 更に3分 (目安)