

趣味パン 厚切りフォカッチャ

油脂を加えてみる

ピザ生地としてもGood!



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	100 %	300 g	
IDY	2 %	6 g	
塩	2 %	6 g	
砂糖	2 %	6 g	
水	70 %	210 g	
オリーブオイル	6 %	18 g	
トッピング		0	オリーブの実やハーブなど

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. 水を粉類の中央に注ぐ。ホイッパーで中央を混ぜてドロドロを作る。ドロドロ部分にオリーブオイル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. 40°C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。パンチして丸め直す。
7. 濡れたフキンをかぶせて、10分のベンチタイム。
8. 生地を平らに広げてから麺棒で17cm×23cmほどの長方形に伸ばす。バットにクッキングシートを敷き、生地をその中に入れる。バットがない場合、20cm×20cmほどに伸ばし、天板に乗せても大丈夫

こ、こハハハ。

9. 40°Cで1時間の最終発酵。
10. 生地の上にオリーブオイルをなじませて、指でプツプツと穴を作る。塩を少しふりかける。トッピングとして、オリーブ、ハーブ、ドライトマトなど。
11. 焼成 240°C 8分 反転 8分 (目安)
12. 焼き上がったら、バットから生地を取り出しオリーブオイルを全体にかけてやる。
13. お好みのサイズに切り分ける。