

## フランスパン（冷凍）

合計加熱調理時間 約 17分

[1人分：\*\*kcal/ 食塩相当量：\*\*g]

※1人分のカロリー及び食塩相当量は、市販の冷凍生地により異なります。

冷凍生地を使って、手軽に手作りフランスパンを。



## 材料（9本分）

冷凍玉生地（メーカーの指示に従って解凍）	9個
----------------------	----

※掲載レシピはクックエブリオ専用のものとなります。

## 分量

9本分

## 設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	スチーム	-	1分（予熱のみ使用）	32℃

※予熱完了後にスタートボタンは押しません。（予熱後の余熱で発酵させるため。）

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
2（ステップ1）	コンビ	100%	2分	270℃
2（ステップ2）	コンビ	0%	15分	200℃

## 作り方

1. 冷凍玉生地の手のひらで軽く押さえて厚みを均一にし、幅約18cmの横長楕円形にする。上1/3を手前へ折りたたみ、合わせ目を親指の付け根で押さえて閉じる。同様に下1/3も奥へ、中央で少し重なるように折りたたみ、合わせ目を閉じ、親指で中央を軽く押さえてくぼませる。
2. 1の生地の中央のくぼみに親指を沿わせて上下半分折り、折り目を親指の付け根で押さえて閉じる。指を軽く曲げ、手のひらで上下に転がしながら、引き締めるように横に伸ばす。表皮が張るようにホテルパンの長さ（約26cm）に合わせて伸ばす。（本成形）
3. 20mmのホテルパン3枚に小さめのパンマットを蛇腹状に敷き、凹みに2の生地を2つ目を下にのせる。（ホテルパン1枚につき3本）
4. 3のホテルパンを【設定1】で予熱後、スタートボタンを押さずに、生地が1.5倍になるまで15分程発酵させる。（仕上げ発酵）
5. 別の20mmのホテルパン3枚に4の生地をのせ替えて（ホテルパン1枚につき3本）、クープを入れ、霧吹きで生地の表面がしっとりする程度に水を吹きかける。
6. 5のホテルパンを、登録メニュー【設定2】で予熱後、加熱する。
7. 加熱完了後、6のホテルパンを取り出し、パンを網の上のせて粗熱を取る。



## 調理ポイント

- ◆冷凍パン生地はメーカーによって加熱時間や温度が異なるので、設定を参考に調節すること。
- ◆生地の発酵時間は季節によって変わるので、時間を調節すること。
- ◆本成形時、生地を強く押さえてしまうと焼き上がりがふっくらしないので、ゆるめに扱うようにする。
- ◆クープ入れの作業やスチコンの予熱に時間が必要なので、仕上げ発酵は早めに終わらせるとよい。
- ◆クープ入れは別のホテルパンにのせ替えてから、刃先を生地表面に対して浅く当て、皮一枚を削ぐように切る。