

# 米粉パン



米粉で作ったパンは、もちりずっしりとして  
食べ応えたっぷりです

材料	
米粉(グルテン入り)	400g
さとう	40g
塩	7g
バター	40g
ドライイースト	12g
卵(M玉2個)+水	300g

1・材料を量っておく(バターは  
溶かし、卵と水はあわせて  
といておく)



2・米粉、さとう、塩  
ドライイーストを大きめの  
ボールに入れ、まぜる



3・残りの材料を入れ  
力を入れてねりこむ



4・ボールから出せるぐらい  
までねりあげたら、生地を  
たたきつける



5・少し生地をひろげて、うすく  
なるまでひろげられたら  
生地を丸め分ける



6・ぬれ布巾をかけて、40°C  
で約30分発酵させる



7・生地をゆらすとぷるぷると  
ゆれ、全体的にふっくらし  
たら発酵した目安です



8・190°Cに予熱したオーブン  
で、約20分焼いたら  
出来上がり



## ポイント

ドライイーストはもどさずにそのまま使います。小麦粉と違い、発酵が1回です。米粉は小麦粉と比べて発酵しても大きくは膨らみませんが焼きあがると、もちりとした食感になります。基本の生地なので、色々な食材を使って、惣菜パンや菓子パン作りもできます。