



乾しいたけパン



ポイント！
・電子レンジを使って発酵するので、時短になります。

調理時間
約60分

材 料	【4人分】	材 料	【4人分】
<あん>		<パン>	
・乾しいたけ (もどしておく)	6g(約1枚)	・強力粉	6g(約1枚)
・戻し汁	15cc	・牛乳	
・豚ミンチ	80g	・バター	15cc
・生姜チューブ	3g	・ドライイースト	80g
・めんつゆ(2倍)	18g	・塩	3g
・片栗粉	3g	・砂糖	18g
・ごま油	少々	・仕上げの溶き卵	3g
		・打ち粉用の強力粉	少々

★ つくりかた

<あん>

- 1 耐熱ボウルに乾し椎茸を入れ、水を100cc加えたらラップをしてレンジ600wで1分加熱する。
- 2 1の椎茸を軽く絞ってみじん切りにし、戻し汁は残しておく。
- 3 別のボウルに2の椎茸と残りのあんの材料を入れ戻し汁を15cc(大さじ1)加えてよく混ぜる。ラップをして冷蔵庫へ。

<パン生地>

- 4 耐熱ボウルに牛乳とバターを入れ、ラップなしでレンジ600wに30秒かけ、取り出したら泡立て器でバターを溶かす。
- 5 1が温かいうちにドライイースト、塩、砂糖、ふるった強力粉の1/3を加え、そのつど泡立て器で混ぜる。

- 6 残りの強力粉を加え、菜箸でひとかたまりになるまで混ぜる(箸で持ち上げられるくらい)
- 7 3にクッキングシートを軽くかぶせ、レンジ150~200wに30秒かける *一次発酵終了
- 8 打ち粉をしたまな板に4の生地を置き、包丁などで4等分にし、それぞれの切り口を内側に包み込むようにしながら、丸く整える。
- 9 まな板の上に、間をあけて5を並べ、クッキングシートをかぶせたらその上にぬらしたキッチンペーパーをかけ、10分室温におく。

<仕上げ>

- 10 生地を丸くして薄くのばしたら、4等分にしたあんを包む。
- 11 耐熱皿にクッキングシート敷き、7を並べ、別のクッキングシートをかけてレンジ150~200wに30秒かける *二次発酵終了
- 12 天板にクッキングシートを敷き、8をのせたら上にクッキングシートをかぶせたら、その上にぬらしたキッチンペーパーをかけて、生地が2倍くらいに膨らむまで室温に10分ほど置く。
- 13 上にかけてキッチンペーパーとクッキングシートを外し表面にハケかスプーンで溶き卵を塗る(つや出し)
- 14 オーブンを180℃に熱し、15分焼いたらできあがり！

