



雪印メグミルク 栗原はるみの「私のミルクレシピ」

ミルク食パン

2015 March

材料 (19×9.5×8.5cmのパウンド型1台分)

- A
 - 強力粉 300g
 - ドライイースト 5g
 - 砂糖 20g
 - 塩 5g
- 雪印メグミルク牛乳 1カップ
- 「フレッシュ 北海道産生クリーム使用」
大さじ3

作り方

- 1 牛乳は人肌くらいに温める。
- 2 ボウルにAの材料を入れてさっと混ぜ、牛乳を少しずつ加えながら混ぜる。さらに生クリームを加えて混ぜる。
- 3 (2)の生地を軽くまとめ、打ち粉(強力粉・分量外)適量をふった台に取り出し、15～20分、表面がなめらかになるまでよくこねる。
- 4 (3)の生地をひとつに丸め、ボウルの内側にバター(分量外)を薄く塗って入れる。ラップをふわっとかけ、暖かい場所に40分～1時間おいて発酵させる(一次発酵)。
- 5 生地が約2倍に膨らめば一次発酵完了。指に粉をつけて生地にさし込み、穴が元に戻らなければ十分に発酵しているので、げんこつでつぶしてガス抜きをする。
- 6 生地を2等分し、それぞれ丸め直して表面をなめらかにし、ふきんに間隔をあけて並べる。かたく絞ったぬれふきんをかけ、約10分おいて生地を休ませる。(ベンチタイム)
- 7 型の内側にバター(分量外)を薄く塗る。(6)の生地を丸め直し、なめらかな表面を上にして型に2つ並べ入れる。ラップをふわっとかけ、一次発酵と同じ暖かい場所に30～40分おいて発酵させる(二次発酵)。
- 8 オーブンを190℃に予熱する。
- 9 (7)の生地が型の縁から2～3cmはみ出るくらいまで膨らめば二次発酵完了。天板にのせ、オーブンで約30分焼く。
- 10 焼き上がったら取り出し、熱いうちに型から出して粗熱をとる。
※急ぐときはオーブンの発酵機能を利用すると、一次発酵、二次発酵合わせて約1時間に短縮できます。