

## 2. 全粒粉の手ごね風 山型食パン



- 全粒粉の香りを活かした山型食パンです。前日から全粒粉をしっかり水和させパサつきを抑えます。窯伸びの良い【1CW-L】を使用する事により30%の全粒粉使用の生地をふんわりと持ち上げます。トーストするとさくさくとした、歯切れが良く香ばしいトーストとなります。イギリスのイースターのお祝いで食べられるホットクロスバンズにも加工してみました。酸味のあるドライフルーツとの相性の良い生地です。

〈配合〉 6K g 仕込

水種配合

長野県産石臼全粒粉（柄木田製粉）	30%	1,800g
水	36%	2,160g

〈本捏配合〉		
1CW-L（小麦粉・柄木田製粉）	70%	4,200g
マリアン インスタント ドライ イースト(赤)（鳥越製粉）	1%	60g
釜焚 島砂糖（薩南製糖）	5%	300g
マルシェブルターニュ20（コンパウンド・ADEKA）	5%	300g
ゲランドの塩（鳥越製粉）	2%	120g
水	36%	2,160g

〈工程〉

## 【水種ミキシング】

捏上温度 23℃

冷蔵庫でベンチタイム 12時間程度 復温なし

## 【本捏ミキシング】

L-3 M-6 油脂入 L-2 捏上温度26～27℃

〈フロアタイム〉

45分 パンチ 45分

〈分割・丸め〉

★山食 250g×4×10本 型比容積 3.0

〈ベンチタイム〉

食パン30分

〈成形〉

★山食 丸め直し 4個詰め

〈ホイロ〉

33℃ 75% 60分～

〈焼成〉

★山食 上210℃ 下230℃ スチーム入れ 30分

○ホットクロスバンズ



○捏ね上がった生地1800gにレーズン500g、シエリー酒120gを合わせたもの

を練り込む。分割重量70g ホイロ50分

ホイロ後塗り玉し十字架ペーストを絞る。

〈焼成〉 200℃ 13～15分

《十字架ペースト》

ちよう（薄力粉・柄木田製粉）	225g
上白糖	12g
食塩	2g
ショートニング	50g
水	190g