

# ふわふわパン

## 材料（60個分）

強力粉・・・・・・・・2kg	牛乳・・・・・・・・1320g
ドライイースト・・・32g	ぬるま湯・・・200cc
砂糖・・・・・・・・60g	バター・・・・・・・・240g
食塩・・・・・・・・14g	上新粉・・・・・・・・24g

### <下準備>

- ・パンミキサーをお湯で温めておく。
- ・バターは室温に戻しておく。

### <作り方>

#### ①混合

パンミキサーに強力粉、ドライイースト、砂糖、塩、牛乳、ぬるま湯を入れ、Lで5分混ぜ、バターを加えてさらに5分混ぜ、Hで2分練る。

#### ②一次発酵

ミキサーに入れたままホイロに入れ、35℃で40分発酵させる。  
（夏は25分で良い）

#### ③分割・成型

ガス抜きをして60gずつ分割し丸め、15分休ませる。  
バットに上新粉を入れて、生地を転がしまんべんなく上新粉をつける。天板に並べる。

#### ⑤二次発酵

ホイロに入れ、35℃で30分発酵させる。

#### ⑥焼く

オーブンを予熱し、160度9分で焼く。

★ココア味にするときは、混合のバターを入れるときに、ココアパウダーを入れる。

1個あたり エネルギー172kcal たんぱく質 4.9g 脂質 4.6g 炭水化物 26.2g カルシウム 31mg 食塩 0.3g