

プレーンベーグル

スチーマーモード オープンモード



●材料<6個分>

| | |
|-------------|-------|
| リスドオル（準強力粉） | 300 g |
| 砂糖 | 18 g |
| 塩 | 6 g |
| イースト | 3 g |
| ぬるま湯 | 180 g |

はちみつ又は砂糖を水で薄めたもの 適量



●作り方

- ① ボールに粉を入れ、砂糖、イースト、塩を入れる
（※イーストと塩は離して入れる）
- ② ①のイーストめがけて湯を入れ、ボールの中で捏ねる
- ③ 全体が纏まってきたらボールから出して捏ねる（15分目安）
- ④ 表面が張るように丸め、ボールに入れてラップし発酵させる
（※目安 30℃で30分）
- ⑤ 発酵が終わったら拳で押してガス抜きをする
- ⑥ ⑤を6分割にして表面が張るように生地を丸める
- ⑦ 底の閉じ目をつまんでとじ、ラップをして20分休ませる
（ラップが生地につかないよう、ラップに粉をまぶすと良い）
- ⑧ 麺棒を使って生地を延ばす（20cm×12cmが目安）
- ⑨ ⑧の生地をクルクルと丸め、片方の端は細く、もう片方の端は広げ、細い方を包みこみ丸くする
- ⑩ 焼き皿に並べ、発酵させる（※目安35℃ 30分）
- ⑪ 予熱されたスチームコンベクションオープンで加熱する（モード1）
- ⑫ ⑪を取り出し、霧吹きで砂糖水をかける ※素早く
- ⑬ 予熱されたスチームコンベクションオープンで加熱する（モード2）
- ⑭ ⑬を取り出しパンクーラーで粗熱を取る

●機器設定

| モード | 設定温度 | 目安時間 | 加湿 | 風量 | 使用備品 |
|------------|------|------|----|----|--------|
| 1 スチーマーモード | 98℃ | 2分 | — | 2 | 1/1焼き皿 |
| 2 オープンモード | 180℃ | 15分 | — | 2 | 1/1焼き皿 |



スチームをかけてからオープンモードで焼成する際は、予め設定に立ち上げ素早く作業を行います。