

# 炊飯鍋で作る「ちぎりパン」



今回は「炊飯鍋」と炊飯機能を使ってちぎりパンを作ります。オーブンを使わなくてもパンが焼けるなんてびっくり!

パンの具材は好きなものを入れてお★

## お料理 教習所



| 〈材料〉    |        | 〈パンの具材〉             |  |
|---------|--------|---------------------|--|
| 強力粉     | 200g   | ・ハム、チーズ、バジル、とろけるチーズ |  |
| ドライイースト | 小さじ1/2 | ・イチゴジャム             |  |
| 牛乳      | 110cc  | ・あんこ、餅、黒ごま          |  |
| 塩       | 小さじ1/2 | ・高菜、明太子マヨネーズ        |  |
| オリーブオイル | 小さじ2   |                     |  |



- ① 材料を全てボウルに入れる。  
塩は砂糖と離して入れ、砂糖の近くにドライイーストを入れる。  
★砂糖はイーストの養分として、発酵をさかんにし、同時にこんがりとした焼き色とよい香りをつける役目があります。
- ② 手でしっかりとこねる。  
生地がまとまってきたら、まな板の上で生地押し伸ばすように、こねる。  
生地の表面がつるんとなればOK。
- ③ 生地をボウルに入れ、ガスオーブンの発酵モードで35℃に設定し、1時間発酵させる。(目安としては、生地が2倍の大きさになれば良い。)
- ④ 膨らんだ生地をまな板に取り出し、4等分にする。  
ガス抜きをし、それぞれを丸く成形する。ぬれた布巾をかぶせて10分置く。  
★この際のガス抜きは、後の工程である成形をしやすくするためでもあるので、手のひらで軽く押しつぶす程度でOK。
- ⑤ 具材を包み、アルミホイルを敷いた炊飯鍋に生地を並べる。  
ぬれた布巾をかぶせ、そのまま1時間二次発酵させる。
- ⑥ 生地が膨らめばコンロの炊飯機能で加熱する。  
加熱が終わったらすぐに裏返し、焼き色がついたら出来上がり。

### 【炊飯鍋】



お鍋の内側に目盛りがついているので、炊飯器と同じように水加減の調整ができます。



コンロの「炊飯機能」のボタンを押してから約30分でご飯が炊き上がる、スピーディーさが魅力です。

ご飯だけではなく、パンやパスタも調理ができる便利な炊飯鍋は3合炊きと5合炊きの2種類のタイプがありますよ!

(※炊飯鍋で作るトマトパスタのレシピはHPを見てください。)

上野ガス

