



<p>〈材料〉(1人前計算 こぶし大2個程度)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・パンミックス 100g</li> <li>・ドライイースト 1g</li> <li>・卵 (つやだし用)</li> <li>・ぬるま湯 (小麦粉の量の57%分) 57ml</li> </ul>	<p>〈道具〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・計量カップ</li> <li>・ボウル</li> <li>・トレイ (ステンレス)</li> <li>・石窯</li> <li>・ブルーシート</li> <li>・ポット (お湯用)</li> </ul>	<p>〈利用者が持参するもの〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・クッキングシート</li> <li>・食器 (貸し出しに限りあり)</li> <li>・食器用洗剤</li> <li>・スポンジたわし</li> <li>・ふきん (各班2枚程度)</li> <li>・ラップ</li> </ul>
--	--	---

〈作り方〉

<p>1 生地をつくる</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ぬるま湯をつくる。</li> <li>・パンミックス、ドライイーストをボウルに入れてよく混ぜる。</li> <li>・ぬるま湯を少しずつ入れながら混ぜて、生地を一つにまとめる。</li> <li>・こねる (100回程度)。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ぬるま湯は40℃前後が目安で、冬場は少し熱めのほうがよい。</li> <li>・生地をのばしてみても指が透けるくらいになると完了。</li> <li>・かたさは耳たぶくらいが目安。</li> </ul>
<p>2 一次発酵</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・水でぬらしたクッキングシートをかけ、その上からラップをかけて発酵させる (40℃前後で60分程度)。</li> <li>・発酵後生地を小分けにする。生地をたたき、空気を抜く。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・お腹に入れてあたためるのもよい。</li> </ul> 
<p>3 二次発酵</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・生地をひとまとめにして30分～40分程度発酵させる。(一次発酵と手順は同じ)</li> </ul>	
<p>4 形作り</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ステンレストレイにクッキングシートを引き、好きな形に成形する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・クッキングシートがトレイからはみ出すと、焼くときに引火する場合がありますので注意。</li> <li>・平たいものや小さな粒のようなものは、焼くと焦げるので注意。</li> </ul>
<p>5 パン焼き</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・表面に溶き卵を塗り、石窯で220℃～250℃で10分～15分焼く。</li> <li>・焼き色をみて石窯から出す。</li> <li>・作った仲間と一緒に食べる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・石窯の扱いは必ず引率者が行う。</li> <li>・トレイが冷めるまで絶対に素手で触れない。</li> </ul> 
<p>6 片づけ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・仲間と協力して片づける。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・石窯の炭は消し炭入れに入れる。(引率者)</li> </ul>