

全粒粉のパン



● 商品説明

● 使用材料

ISMこだわり全粒粉250

1個

● 発酵条件

温度 …… 5 °C
 湿度 …… %
 時間 …… 900～ 分

● 焼成条件

デッキオーブンの場合

上火 …… 220 °C
 下火 …… 200 °C
 時間 …… 22 ～ 24 分

コンベクションオーブンの場合

温度 …… °C
 時間 …… ～ 分

↓
解凍する



生地を室温で解凍する
 生地温が12～13°C位になる
 まで（180分～位）

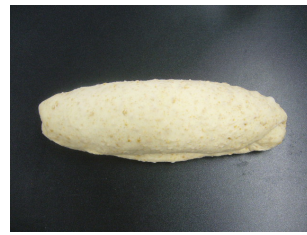
↓
成型する



生地を手でつぶして下から3
 分の1のところまで折る



反対向きにして同様に折る



上と下を合わせ、綴目をしっ
 かりとじる

↓
発酵させる



形を整えて布取りし、生地が
 乾かないようにビニールをか
 ぶせて5°Cのドウコンに入れ
 る。15～16時間は
 低温発酵させる



15～16時間経過後、スリッ
 プピールに移す

↓
焼く



カットを入れ、スチームをか
 けて焼成する