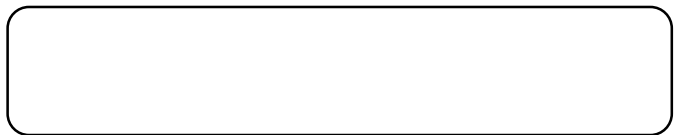


家庭科 パン作り



<使う材料、分量>

1人分

- ① 牛乳 (75 ml)
- ② バター (ティースプーン 2)
- ③ ドライイースト (ティースプーン 1)
- ④ 砂糖 (テーブルスプーン 1)
- ⑤ 塩 (一つまみ)
- ⑥ 強力粉 (100 g)
- ⑦ カレー粉、サツマイモ
- ⑧ パンの中に入れる具材

3人分

- 150 ml
- 4 杯
- 2 杯
- 2 杯
- 2 つまみ
- 200 g
- 適量
- 個人で

テーブルスプーン約 g ティースプーン約 g

<作り方>

1,ボウルに①と②を入れる。軽く混ぜる。

2,ボウルに③を加えて 1 分以上よくかき混ぜる。

3,④を加え、15 秒以上かき混ぜる。

4,⑤を加え、10 秒以上かき混ぜる。

5,⑥を加え、手で 1 つにまとまるまで混ぜる。必ず片手で行なうように。

6,ビニール袋に生地を入れ、電子レンジで 15 秒間加熱する。

7,電子レンジから出し、10 分間おく (発酵させる)。その間に片付けをする。

8,生地を 2,3 回おしてガスを抜く。

9,打ち粉 (強力粉) をうった台の上に生地を広げ、3 つに分ける。形を作る。オリジナルの具を入れる。

10,クッキングシートを引いた鉄板の上に生地を並べる。
三回に分けて焼くので指示をよく聞いて置く。

11, 180~200 度に温めておいたオーブンにいれ、12 分焼く。

完成