

炊飯器で作る アンチョビポテトツナ入りパン

ハイジの白パンを思わせる白くてやわらかいパンに仕上がります

材 料

A	強力粉	150g
	砂糖	大さじ 1/2
	塩	小さじ 1/3
	ドライイースト	小さじ 3/4
	サラダ油	大さじ 1
	ぬるま湯 (約 42~43°C)	85~95ml
B	じゃがいも	200g
	アンチョビペースト	10g
	ツナ缶	1缶
	コーン	50g (お好みで)
	マヨネーズ	60g
	塩	少々
	あらびきこしょう	少々
	シュレッドチーズ	適宜 (お好みで)
ドライパセリ	適宜 (お好みで)	



材料をポリ袋に入れて、その中で捏ねると
洗い物が少なくて便利です！(編集部追記)

作り方

- ① ボウルに材料Aを入れ、ドライイーストの上にぬるま湯を注ぐ。
- ② ①を混ぜ、サラダ油を加えよく捏ねる。
- ③ ②をひとまとまりにして、炊飯器の「保温」で10~20分一次発酵させる。
(10分でスイッチを切り余熱で発酵させる。生地が倍に膨らむのが目安)
- ④ じゃがいもは皮をむき電子レンジで加熱してつぶし、
Bを入れて混ぜ合わせておく。
- ⑤ ③はガス抜きをして6等分にして丸め、常温で10分ほどのベンチタイムをとる。
(乾燥防止にぬれ布巾をかぶせる)
- ⑥ ⑤をひとつずつ手のひらの上で伸ばし、④を包み込む。綴じ目をつまんで、
きちんと閉じる。
- ⑦ 炊飯器にキッチンペーパーを敷き、綴じ目を下にして⑥を入れ、
保温機能10~15分で二次発酵させる。
(10分でスイッチを切り、様子を見ながら余熱で発酵させる)
- ⑧ パンの真ん中に十字の切り込みを入れ、シュレッドチーズをのせる。
- ⑨ 炊飯器の炊飯(普通炊き)で加熱し、仕上げにドライパセリを散らす。

