

# Le pain matcha au lait

パン・抹茶オレ

[作り方] 製法: 手捏ね/低温長時間発酵

## 1. mix & knead ミキシング&手捏ね

1. 仕込み水の一部を取り出し、イーストを加え溶かす。
2. 残りの仕込み水に無糖練乳と液状天然酵母を入れて混ぜ、①を加える。
3. パットに小麦粉、抹茶、塩を入れてよく混ぜ、さらにグラニュー糖を加えて同様に混ぜ合わせる。
4. ②を少しずつ回し入れ、カードでゆっくり切り混ぜる。  
※パットとカードの面を利用して材料がよく混ざるように。
5. ひとまとまりになってきたら、生地を折り重ねながらカードの面で押してなじませる。  
※表面の見た目がなめらかになるまで。
6. こねすぎないようにしながら、生地を引っ張ればちぎれる状態まで数回繰り返す。

## 2. punch パンチ

1. ミキシングが終了したら常温で20分寝かせる。
2. 20分経過した時点でカードでパンチを入れる。  
※これを3回繰り返す。
3. 足し水を少しずつなじませながら加え、生地の硬さを調整する。
4. ホワイトチョコレートとアーモンドスライスを加え混ぜる。

## 3. fermentation 低温長時間発酵

パンチの行程を終えたら、4~6℃程度の冷蔵庫で8~24時間寝かせる。

## 4. cut & form 分割・成形と仕上げ発酵

1. 低温で長時間発酵させた生地を必要なだけ切り出す。
2. 好みの大きさに分割する。
3. 生地が少し緩んだらすぐに成形する。
4. 布取りをした上に打ち粉をし、成形した生地を寝かせる。  
◎発酵時間: 30℃で1時間

## 5. bake 焼成

1. 鉄板を入れたオーブンを250~300℃に予熱する。
2. 発酵が終わった生地を熱い鉄板に直接乗せ、オーブンへ入れる。  
庫内に霧吹きをする。  
◎焼成時間: 220~260℃で20~30分  
※オーブン、生地の高さで焼成温度・時間を調整する。

La  
Fruitière  
du Val Evel®

[材料]

- ・京都宇治抹茶「吉祥」…18g
- ・フランスパン専用粉T65…1000g
- ・水…550g
- ・生イースト…10g(インスタント  
ドライイーストの場合は1/3量)
- ・塩…20g
- ・グラニュー糖…100g
- ・液状天然酵母…200g
- ・無糖練乳(エバミルク)…200g
- ・足し水…130g
- ・ホワイトチョコレート…100g
- ・アーモンドスライス…100g

