

スイートポテトパン

材料

〈パン生地〉

強力粉	300g
ドライイースト	6g
砂糖	30g
塩	4.5g
牛乳	210g
バター	30g

〈スイートポテトの折り込みシート〉

さつまいも	150g
砂糖	30g
牛乳	30g
バター	5g
強力粉	10g
卵	適量
黒ごま	適量



作り方

〈スイートポテトの折り込みシート〉

- ① さつまいもを蒸して熱いうちに潰しこする。
- ② ①にAを加え練り合わせる。
- ③ ②を半分に分け、それぞれラップに薄く伸ばして冷蔵庫で冷やす。

〈パン生地〉

- ① ボウルに強力粉、ドライイースト、砂糖、塩、牛乳を入れてこねる
- ② まとまってきたら台に取り出し、生地を持ち上げ台にたたきつけ押しつぶすように伸ばしながらこねる。約15分張りが出てくるまで続ける。
- ③ バターを加えバターが完全に生地と混ざり合うまでこねる。
- ④ ボウルに生地を移しラップを掛け28~30℃で約40分発酵させる。
- ⑤ 生地を半分にし、軽くラップをかけて10分寝かせる。
- ⑥ 生地をそれぞれ折り込みシートの倍の大きさになるまで伸ばす。
- ⑦ 折り込みシートをそれぞれの生地で包み、伸ばす(横は×縦15cm)
- ⑧ 包丁で3cm幅に切り、上下2cmを残し真ん中に切れ目を入れる。
- ⑨ 手綱こんにゃくのように2~3回ねじり、ふしんをかぶせ36~38℃で約40分発酵させる。
- ⑩ オーブンを190℃に予熱する。パンに刷毛で卵をぬり、ごまをふる。
- ⑪ オーブンの温度を180℃に下げて約15分焼いて完成!!