

# ＼ がっつり食べたい！ / 米粉のスパイシーじゃがカレー



## 【5個分】

米粉ミズホチカラ	150g
カレー粉	3g〜
コーンスターチ	30g
イースト（金サフ）	3g
砂糖	3g
塩	3g
オオバコ	6g
仕込み水	170g
太白ごま油	6g

## 【フィリング】

じゃがいも 80g  
（1cm角にカット600w 2分）  
ベーコン 20g（1cm角カット）  
プロセスチーズ 30g（1cm角カット）

## 【仕上げ】

マヨネーズ 適量

【フィリング作り】材料を約1cmカットし、じゃがいもは600w 2分

## 【生地作り】

1. ボウルに粉類を計量し、ホイッパーでよく混ぜる
2. 仕込み水、途中で油を加えスキャッパーでしっかり混ぜる
3. ひとかたまりになったら台に出し、生地が均等になるまで捏ねる
4. V字捏ね20回ほどして、表面につやが出てきたらOK
5. 5等分に分割し、丸めておく

## 【ベンチタイム】

10分（この間にフィリングの水分をしっかりととり、混ぜ合わせておく）

## 【成型】

1. とじ目を上にして、直径12cmの円形に広げる
2. フィリングをのせ、手前から真ん中が山高になるように包む
3. 綴じ目をしっかり綴じて、とじ目を下にして天板に置く

## 【最終発酵】

40℃ 10分+室温 15分

※オーブンを250℃予熱

## 【焼成】

1. 表面に薄く油を塗って打ち粉をして、ハサミでカットする
2. カットしたところにマヨネーズを絞り入れる
3. 230℃ 15分〜



nicopan 魔法の米粉パン

～レシピの無断複写や転用はご遠慮ください～