



## レッスンレポート

9/16 (火) 小麦ニコサロ「カリッとチーズパン」

室温28℃ 粉の温度28℃

40-粉温=仕込み水 (室温が高いので35度で)

35-28=7℃の水で仕込みました

【ニーディング】15分 ※5分前に温度チェック

※ゴマは少し生地に練り込まれても美味しいので、最初から入れてもOKで  
ホームベーカリーによっては完全にすりごま状態になってしまうものもあるので、  
自分のホームベーカリーがどんな風になるか知ることも大切です。

こね上げ温度28度

軽く丸め直して、発酵器へ

【一次発酵】40℃25分～ (フィンガーチェック)

分割なし、丸め直してベンチタイムへ

【ベンチタイム】10分 ※予熱に時間かかる方は予熱200度

【成形】オーブン予熱スタート

約20cm×35cmくらいに伸ばして、約1cmに目印をつけていく

- ①塩バージョン (仕上げに卵) 10本
- ②全体に水を塗り、粉チーズを10g～ほどかけて軽く押さえる  
チーズバージョン10本
- ③残り・・・オーブン皿に入らないものは大きめにカットして発酵バージョン  
8本 (2.5cm×4本カット、半分にかット)

【仕上げ発酵なし】

【焼成】180度10分～15分 (焼き色がつくまで焼く)

オーブン皿2段の場合は、190度～200度で15分くらいかかると思いますが、上段が焦げやすいので注意。

130～150度に温度を下げて低温乾燥焼き (焼き色をつけずにカリカリになるまで焼く)

レッスン録画  
パスワード2580



9月小麦ニコサロ  
「カリッとチーズパン」



一次発酵なしのカリッと生地  
発酵ありのふわっとスティック生地  
味も2種類、食感も2種類！  
もうね、コレは必見決定よ！

