

お米の和シュトレン

材料1個分（約20 c m）



①	米	150 g
		(浸水後 195 g)
	メープルシロップ	35 g
	無調整豆乳（牛乳）	55 g
②	ほうじ茶パウダー	8 g
	塩	1 g
	イースト（金サフあれば）	3 g
	ココナッツオイル（無臭）	35 g
③	アーモンドプードル	45 g
	コーンスターチ	5 g
	おからパウダー	5～10 g

【フィリング】 ホワイトチョコチップ20 g
くるみ30 g（軽くロースト）

蒸し小豆20 g、甘栗80 g
ドライ無花果40 g（お好みで）

【仕上げ】 ココナッツオイル（無臭）
メープルシロップ 適量
粉糖（溶けない粉糖がおすすめ）

【下準備】

1. お米は洗った後、浸水させておく（室温2、3時間、冷蔵庫6時間以上）
2. ココナッツオイルが固まっている場合は、湯煎（40度以上）で液状になるように溶かしておく
3. 胡桃を軽くロースト（170度8分、トースター2分程度）焦げないように注意

【作り方】

1. 浸水させた米をザルにあげ、しっかりと水気を切っておく
2. ミキサーに（A）の米、メープルシロップ、豆乳を入れて30秒攪拌×3回繰り返す
3. （B）のほうじ茶パウダー、塩、イースト、ココナッツオイルを加えてなめらかになるまで攪拌する 30秒×1回～
4. （C）のアーモンドプードル、コーンスターチ、おからパウダーを入れたボウルに生地を出し均一になるまで混ぜ合わせる
5. フィリングのホワイトチョコと少し砕いた胡桃をボウルに入れて全体に混ぜ合わせる
6. クッキングシートの上で15 c m×20 c mの縦長長方形に伸ばして、蒸し大豆、甘栗ドライイチジクを生地にのせる（甘栗は手前の方に並べておく）
7. 奥と手前それぞれ3 c mずつ折り込み、奥側を手前にかぶせるように1 c mずらして2つ折り
8. 40度20分発酵+室温10分～
（室温に出したらオーブン230度予熱）
9. シリコン加工済みのくっつかないアルミホイルをかぶせて200度20分～
アルミホイルをとって230度10分
10. 温かいうちにココナッツオイル、メープルシロップを全体に塗り、冷めたら粉糖をかける

【常温保管】 3日（※暑い時期や湿度が高いときは2日まで：冷凍保管がおすすめ）