

## ミルク生地

材料2人分(4個分)

〈種〉

強力粉……………40g  
上白糖……………4g  
ドライイースト……………2g  
水……………20ml

〈元種〉

強力粉……………90g  
上白糖……………10g  
食塩……………3g  
ドライイースト……………2g  
無塩バター……………20g  
(室温におき、やわらかくしておく)  
牛乳……………60ml

作り方

〈種作り〉

種の材料をボウルに入れてこねる。粉っぽさが無くなったら、軽くラップをかぶせ、室温もしくは温かい場所で一晩寝かせる。(26℃くらい)



〈元種作り〉

①ボウルに種と元種の材料をすべて入れて手で混ぜる。



②①をボウルから出して生地がまとまるまで約5分手でこねる。

③②をボウルに戻してラップをかぶせ、約10分一次発酵させる。



〈ポイント〉

- しっかりこねないと、ちゃんと膨らまなかったり失敗しやすいので、きちんとこねましょう。
- 「元種」に事前に発酵させておいた「種」を加えることで通常1時間程かかる1次発酵が10分程に短縮できます。

## パリパリ生地で本格食感 マルゲリータピザ



材料6枚分

ミルク生地……………6個  
トマト……………小3個(300g)  
モzzarellaチーズ……………1.5個(150g)  
ピザ用ソース……………大6  
バジルの葉……………適量

作り方

①打ち粉をつけてミルク生地を綿棒で伸ばす。



②生地にフォークで穴をあける。



③①を天板にのせてラップをかぶせ、約5分2次発酵させる。その間にオーブンを200℃に設定して予熱をかける。

④トマトはくし切り、モzzarellaチーズは薄切りにする。(ピザ1枚に4切れずつ)

⑤2次発酵が終了した③にピザ用ソースを大1ずつ塗り、④とちぎったバジルを散らす。



⑥200℃に予熱したオーブンで約10分焼く。途中焼き色を見て場所を変える。

〈ポイント〉

- 打ち粉はたっぷりつけましょう。
- 具はお好みでアレンジして様々なピザをお楽しみください。

## 三つ編みでかわいい 練乳バターサンド



材料6個分

ミルク生地……………6個  
A 無塩バター……………30g  
コンデンスミルク……………30g

作り方

①ミルク生地をスケッパーなどで3等分にし、中心から外に手で細くのばす。



②①の先端を合わせ、三つ編みにする。



③②を天板にのせてラップをかぶせ、30～40℃くらいのぬるま湯を入れたボウルの上にのせて約30分2次発酵させる。その間にオーブンを180℃に設定して予熱をかける。



④180℃に予熱したオーブンで約8～12分焼く。様子を見ながらきつね色になるまで焼く。

⑤④が冷めたら、切り込みを入れ、混ぜ合わせたAをはさむ。



〈ポイント〉

- 焼き上がったパンが冷めてから練乳バターを塗りましょう。