

## ヘルシーな米粉パン

### 概要

この商品は当店で非常に注目されている米粉100%パンです。  
小麦パンの製造とは違い、熟成過程が無いので短時間で簡単にできます。  
材料には米粉を使い動物性複合物(卵、バター、乳)は一切使わず、  
ご家庭にあるホットプレートやオーブンで焼成します。  
ただ、米粉製粉過程において小麦グルテンが少量添加されているので、  
小麦アレルギーの方は要注意です。

### 材料

米粉	300g
塩	4g
砂糖	15g
植物性油脂	15g (無くてもよい)
イースト	10g
水	200g

### 作り方

ボールに全材料を入れ、10分程ミキシングする。  
約60gの生地玉に分割する。  
10分のフロアタイム  
成型(フィリングに餡等もOK)  
ホイロ35 40分(醗酵は若いめ)  
焼成(ホットプレート180 で片面約5分裏面約4分)  
お餅の様に硬化が早いので、その時はオーブンか電子レンジで温めると再生します。

天然酵母パン グリム

<http://www.grimm-net.com>

担当：小林和正

：0771-25-3826

京都府亀岡市南つつじヶ丘大葉台 2-15-8