



## リストオル賞

### あとひとくちだけ!

鈴木 誠さん (あこうぱん)

応募テーマ

元気 ~多忙な日常の、もうひと頑張りを応援~

コンセプト

自分がフランスパンを教えてもらったばかりの頃、リストオルのおかげでずいぶん助けてもらいました(自分の技術と知識が未熟だったので)。このリストオルを使って、今、自分に出来ることを考えたとき、自分の愛する街の人たちに食べやすくおいしい、それでいて値ごろ感のある、新しいフランスパンを作ろうと思いました。バリバリッとした食感でパントラディショナルとクロワッサンの中間になるようにしました。イメージは、ドーナツのねじりフライです。表面にはハチミツと白ワインをあわせた甘蜜を塗り、ほっと安心出来る味を目指しました。

## 配合

### <ポーリッシュ種>

小麦粉(リストオル)	50 %
インスタントドライイースト	0.1
水	50

### <本捏>

小麦粉(リストオル)	30 %
ライ麦粉(メールドンケル)	10
ライ麦粉(アーレファイン)	10
インスタントドライイースト	0.2
モルトシロップ	0.3
塩	2.1
水	26
ポーリッシュ種	100.1
ルヴァン種	30
発酵バター	10

### <仕上げ>

はちみつ	100%
白ワイン	40

### <ルヴァン種>

各店のルヴァンナチュラルでOK (リストオルでリフレッシュしました)	
シェフ(元種)	50%
リストオル	100
水	60
モルトシロップ	2

ミキシング	全ての材料を入れて低速10分
捏上温度	24℃
発酵時間	2時間室温に置き冷蔵庫へ

## 工程

### <ポーリッシュ種>

ミキシング	仕込む3倍の容積のボウルで手捏ね
捏上温度	21℃
発酵時間	3~4時間(30℃)

### <本捏>

ミキシング	油脂以外の材料を入れてL7分 H3分 (縦型ミキサー使用)
捏上温度	24℃
発酵時間	90分

成形 粉をふった台の上に生地を広げ室温に戻しておいた発酵バターの1/2を手でランダムに塗る  
4つ折りの途中でもう一度残りのバターを塗り4つ折り

分割 60~70gでカットしてカット断面が上になるように布取りする

ホイロ 60分~(30℃/65%)

焼成 ホイロ後、前後をひっぱりながら生地に動きをつけ、ベーキングシートを敷いて焼成  
上240℃/下240℃ 20分

### <仕上げ>

粗熱が取れたら、はちみつと白ワインを合わせたものを沸騰させ、少し煮詰めたシロップを上塗る