



優秀賞

ファンタスティック リスドオル 保要 信勝さん (ブレドール)

応募テーマ

健康 ~身体にやさしい、おいしい健康を提案~
元氣 ~多忙な日常の、もうひと頑張りを応援~
癒し ~会話もはずむ、ゆとりある食卓を演出~

コンセプト

幅広く色々な方々にリスドオルという粉の素晴らしさを知っていただきたいと思い、今回この作品を考え作りました。時間をかけて発酵をとる事により、リスドオルの風味や美味を存分に発揮するパンに仕上がリ、現代は共働きの家族も多く、帰宅後の調理も大変なことからパン食事に付け添える食材をパン生地に折り混ぜ、現代に不足している食物繊維を補うため、日本人が昔から食べ親しんでいる麦飯からアイデアをとり、押麦を生地に練り込みました。応募テーマにある、健康・元氣・癒しに該当するパンに仕上がりました。タイトルもその名の通り「とても素晴らしい小麦粉」という事を表現したくそのまま『ファンタスティック リスドオル』にしました。

配合

<老麺生地(フランスパン生地)>

小麦粉(リスドオル)	80 %
小麦粉(麵ノ鄙歌)	20
塩	2
水	68
パン酵母(生)	1.2

<本捏>

小麦粉(リスドオル)	100 %
塩	2.1
老麺生地	20
水	80
パン酵母(生)	1.1
モルト	0.3
押麦	5
グリーンオリーブオイル漬け	20
ドライマトオイル漬け	20

<押麦>

押麦	100%
水	200

- ①ボールに押麦、水を入れ、本捏分の塩をひとつまみ入れて軽く混ぜる
- ②一晩冷蔵庫で保管し、本捏前に冷蔵庫から出す

工程

<老麺生地(フランスパン生地)>

ミキシング	L7分M1分
捏上温度	22℃
発酵時間	90分 P 30分 (26℃/75%)
分割	翌日使用分を最後に分割 15~16時間 冷蔵(5℃)

<本捏>

ミキシング	7分
捏上温度	23℃
発酵時間	30分 P グリーンオリーブ、ドライマト投入後30分 P 30分 P 90分 (26℃/75%)
分割	粉1kgで8等分割、即成形
成形	等分割した生地中のガスをなるべく抜かないようにねじる 打ち粉をしたキャンパスにのせる
ホイロ	35分(26℃/75%) 乾ホイロ10分
焼成	上250℃/下250℃ 20~25分 前スチーム1回 後スチーム2、3回