

培根橄榄粗麦面包 セモリナパン



※材料※ 4个份 1个: 441kcal

1 高筋面粉 60g
杜兰小麦粉 20g
干酵母 3 / 4小勺
白糖 2 / 3大勺
水 100 ~ 110g

2 高筋面粉 60g
杜兰小麦粉 20g
盐 1 / 2小勺
橄榄油 1大勺

【成形用】

黑橄榄 8个
培根 60g
黑胡椒 1 / 2小勺
杜兰小麦粉 2小勺

※ 该食谱制作过程中使用以下品牌

微波炉烤箱



松下 NN-DS59JB
蒸汽烤箱微波炉

※准备工作※

● 将水加温至42 ~ 43℃备用。

※MEMO※

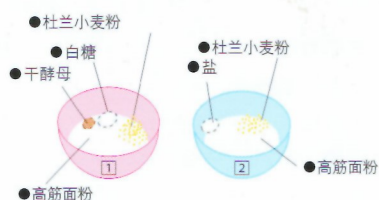
培根橄榄粗麦面包

セモリナパン

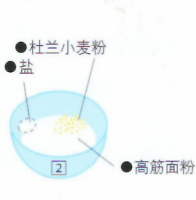
面包
初级

* 称量·揉面 *

* 第1次发酵 *



1 将1的材料称量在面包盆内。将2的材料称量在另一个面包盆内。



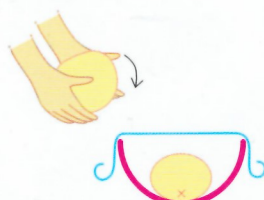
2 往1的干酵母上倒水，用木铲充分搅拌。



3 加入2的材料后，为防止粉末飞溅轻轻搅拌。



4 在桌上揉面。



5 揉至光滑有弹性后，将面团团成团收口朝下放入面包盆内，盖上保鲜膜。（40℃发酵25~35分钟）

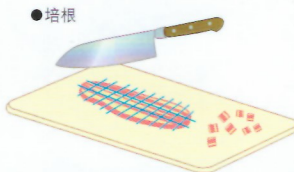
* 第1次发酵中 *

● 黑橄榄



6 每个黑橄榄切成4等分的小圆环。

● 培根



7 培根切成1cm左右的丁状。

● 黑胡椒碎



8 把黑橄榄、培根和黑胡椒混合后均分为4等分。

* 排气·手指测试 *

* 分割 *

* 醒面 *



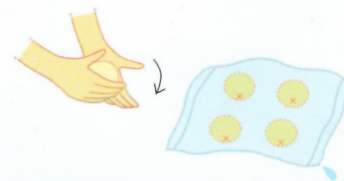
9 用手指戳一下确认发面程度。



10 按压面团以排除气体。

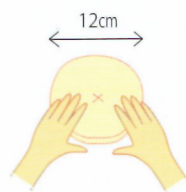


11 分成4等分，分别再揉成圆形面团。



12 把面团收口向下放置，用湿布盖上（10分钟）。

* 成形 *



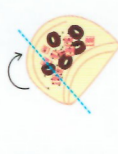
13 面团收口向上，压成直径12cm左右的圆形



14 把步骤8里的内馅铺在上面，用手轻轻按压。



15 把离自己近的一边的面饼左右斜着折起。



16 从离自己近的一边把面饼卷起，做成橄榄球形状。

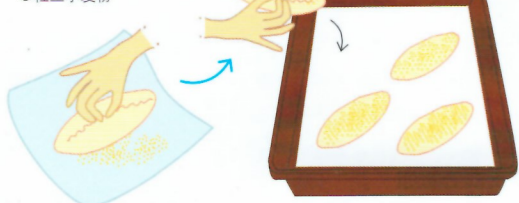


17 收口收紧按实。

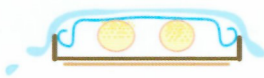
* 2次发酵 *

* 烘烤 *

● 杜兰小麦粉



18 在面团表面沾上杜兰小麦粉。



19 收口向下，放在铺了烘焙纸的烤盘上。

20 盖上保鲜膜+湿布，在40℃发酵20~25分钟。



21 在刀上喷一点水，轻轻地拭去过多的水分。把刀按在面团上，斜切出3道刀口。入烤箱烤制。

