

# 黑椒风味香肠法棍

ペッパーロング



## \*材料\* 4个

「 法式面包粉 ..... 80g  
中种面团 干酵母 ..... 1 / 3小勺  
白糖 ..... 2 / 3大勺  
」 水 ..... 55 ~ 60g

「 法式面包粉 ..... 90g  
① 干酵母 ..... 1小勺  
」 水 ..... 90 ~ 100g

「 法式面包粉 ..... 80g  
② 盐 ..... 2 / 3小勺

手粉 (高筋面粉) ..... 适量  
黑胡椒 ..... 1小勺

塑形用:  
香肠 ..... 12根

※ 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\*

- 将水加热至 42°C ~ 43°C 备用。
- 准备 4 张 8cm × 30cm 的烘焙纸。

\*MEMO\*





# 黑椒风味香肠法棍

ペッパーロング

面包  
高级

## \* 中种面团称量·揉面 \*



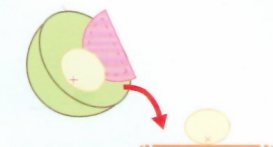
1 将中种面团的材料称量在面包盆内，往干酵母上倒水，用木铲用力搅拌。

2 放在桌面上揉面。

## \* 中种面团发酵 \*



3 撒点手粉在盆底，将面团团成团后，缝口朝下放入盆内，盖上保鲜膜。40℃发酵20~25分钟。



4 排气后，用刮片将面团轻柔地取出。

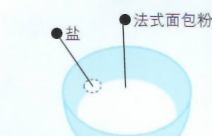


5 分成4等份。

## \* 称量·揉面 \*



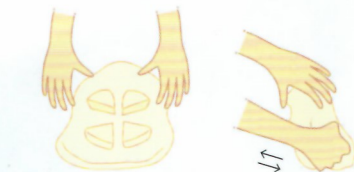
6 将①的材料称量在面包盆内，往干酵母上倒水，用木铲用力搅拌。



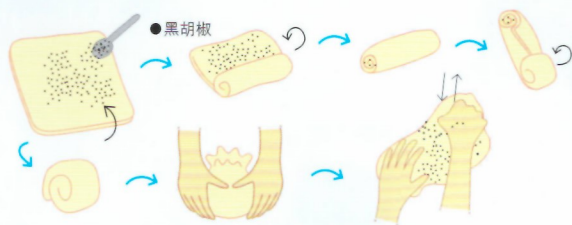
7 将②的材料称量在另一个面包盆内。



8 将①的材料加入至②内，为防止粉末飞溅，轻轻的搅拌均匀。



9 加入中种面团后，放在桌上揉面。



10 面团揉至8成后打开，均匀地撒上黑胡椒后卷起。将黑胡椒揉入面团内。

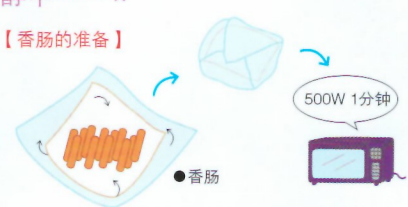
## \* 第1次发酵 \*



11 将面团团成团后，缝口朝下放入盆内，盖上保鲜膜。40℃发酵25~30分钟。

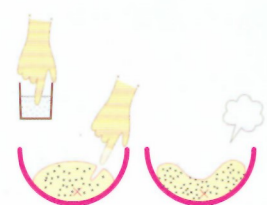
## \* 第1次发酵中…… \*

### 【香肠的准备】



12 香肠用厨房纸巾和保鲜膜包裹好后放入微波炉内加热。取出散热后备用。

## \* 手指测试·排气·分割 \*



13 手指测试·排气



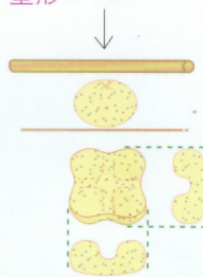
14 分成4等份后重新团成团。

## \* 醒面 \*

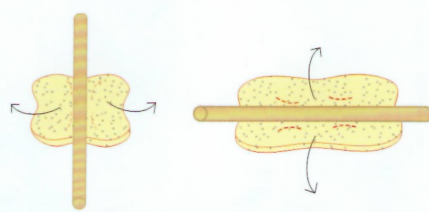


15 缝口朝下盖上湿毛巾醒面。（10分钟）

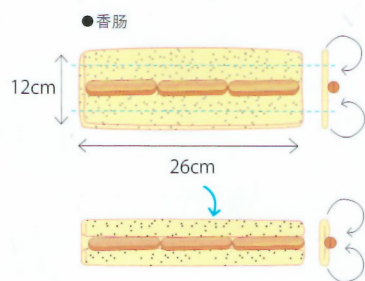
## \* 塑形 \*



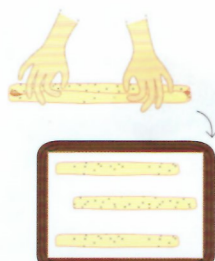
16 收口朝上，用擀面杖压出十字。



17 将擀面杖放在面团中央，从中心往左，再从中心往右。然后改变擀面杖的方向，从中心往上，再从中间往下将面团擀大。（横置约12×26cm的长方形）

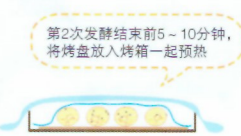


18 在面团中央放上香肠。将两端的面团折向香肠。



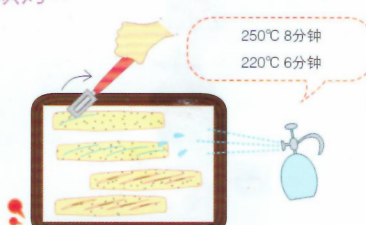
19 将上下两端的面团合拢在中央，捏紧接缝处。缝口朝下放置在垫了烘焙纸的烤盘上。

## \* 第2次发酵 \*



20 盖上帆布。40℃发酵20~25分钟。

## \* 烘烤 \*



21 从烤箱内取出预热好的烤盘，垫上烘焙纸后，放上面团。用法棍刀在表面斜切出4个刀口，表面喷水后送入烤箱烘烤。