

不器用？機材なし？それでも作る！☆本格パンレシピ★
即席？長時間発酵パン・ド・カンパーニュ



さて、次の日です。生地はさらに膨れ上がり、ぷくっとしています。
一晩寝かせることによって、この生地の中にはたくさんの酵母が増殖しています。



表面を裂いてみると、網目状組織が。

この熟成した生地を一緒に練りこむことで、この日短時間で美味しいパンを作ることができるのです。

不器用？機材なし？それでも作る！☆本格パンレシピ★
即席？長時間発酵パン・ド・カンパーニュ



再び、小麦粉の温度を計り、冷水を作ります。
目標生地温度は23℃。発酵種の目標温度と比べると少し低めです。

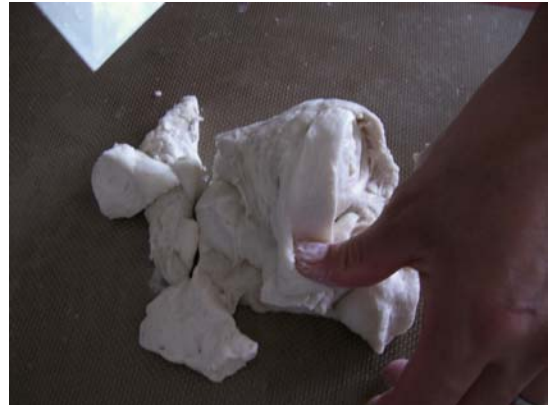


小麦粉、水、モルトパウダーを練りこみ、生地がざっくりまとまったら、イーストを振り入れて、さらに練りこみます。その後10分ほど休憩。
また休憩かい！！（笑）

うふふ。この休憩が、いいんですよね～！？
フランスパンノウハウを読んだあなたは知っていますよね??

さて、再びこね始めて、イーストがしっかり生地に溶けてしまえば、今度は、生地に、切り刻んだ、発酵種を散らして入れます。

不器用？機材なし？それでも作る！☆本格パンレシピ★
即席？長時間発酵パン・ド・カンパーニュ



切り刻みながら混ぜると早いですねえ！切って握って、元の生地となじませて。

次に塩を入れます。引き伸ばした状態で、擦り付けると効果的！



発酵種を入れると、生地がべたべたして、まとまりにくいと思いますが、だんだん生地になじんで、グルテンができ始めてくると、しっとりと伸びのある生地が出来上がります。

不器用？機材なし？それでも作る！☆本格パンレシピ★
即席？長時間発酵パン・ド・カンパーニュ



麺棒で捏ねにくいかもしれませんね。



それでもめげずに引き伸ばし、折りたたむ動作を繰り返して、生地を捏ねます。



不器用？機材なし？それでも作る！☆本格パンレシピ★
即席？長時間発酵パン・ド・カンパーニュ



引き伸ばしてみるとこれぐらい薄く延びる状態がベスト。指もちょっと透けています。しっかりと生地を捏ねることが、美味しいパンを作るコツです。生地を捏ね過ぎても美味しいパンはできませんが、最低これぐらいは捏ねるようにしてくださいね。

では、生地温度を計ってみましょう。
適正温度は 23.5℃。この温度を下回るぐらいでも、今の季節なら、問題ありません。
この生地は、すでに熟成も進み、イースト菌の量も増幅された、発酵種を添加します。

不器用？機材なし？それでも作る！☆本格パンレシピ★
即席？長時間発酵パン・ド・カンパーニュ

そのため、ここまでは、フランスパンの作り方と似ていますが、ここからは全く違ってきます。

ここから合計 1 時間の発酵時間をとりますが、その間に進む熟成と発酵のスピードはフランスパンの比ではありません。

これほど少ないイースト量にもかかわらず…

ですので、捏ね上げた生地温度が高いときは必ず、冷凍庫に入れるなり、間接的に氷に当てるなりして、生地温度を、適正温度にしてくださいね。

さて…

ウンチクはこの辺で。

生地を丸めてボウルに移し、ラップをかけて、30 分発酵をとります。

先ほどの種同様、この季節なら常温でも問題なく発酵します。



触ってみてください。それほど膨らんでいる様子もなく、指で触ってみると

『あっ！？ちょっとイーストが起きたかなあ？？』という程度です。

このパンの一次発酵の目的は、本捏ね時に添加したイーストの活性が始まるのを待つためなのです。

本捏ね時に添加したイーストは、微量ながらも、生地にコシを与える働きをします。

微量ながらも、発揮させなければ、加えた意味がありません。

不器用？機材なし？それでも作る！☆本格パンレシピ★
即席？長時間発酵パン・ド・カンパーニュ

パンは必要以上の原材料を添加させる必要はありません。
そしてまた、添加する以上は、その働きを最大限生かす必要性があります。
パン職人のお仕事はそれだけです。 (っていっぱいあるけど… (笑))