

「本格的なパンづくりに挑戦してみよう！」

レポート（第1回目）

開催日：2022年11月15日 @県居協働センター

全5回のワークショップを通して、本格的なパンづくりを学ぶことで地域貢献のプレーヤーを育てるワークショップの第1回目を開催しました。

講師は株式会社ヤタローの原田さん、大竹さん、原田さんの3人です。

今回学ぶのは、バターロールなどテーブルロールという種類のパンで、3種類のパンです。工程ごとに講師の作り方のお手本を最初に見て、その後参加者各自が作っていました。

最初は自己紹介です。それぞれ動機は異なりますが、新しいことにチャレンジしようという意欲が伝わってきました。

さっそくパンづくりが始まりました。まずは小麦粉（強力粉）、砂糖、塩、卵、イースト菌、牛乳、水をボールに入れてよく混ぜます。

牛乳と水は30～35度くらいに温めたものを使います。冷たいとイースト菌の働きが悪くなるためです。材料をボールに入れて混ぜ始めると最初生地はベチャベチャしています。打ち粉を撒いて、叩きながら30分くらいコネます。この作業がかなり重労働です(>_<)

イースト菌は傷口から入ると化膿する可能性があるため、手に傷がある場合は手袋をして作業するよう注意喚起がありました。

また、温度は室内の気温によっても調整が必要だそうです。

無塩バターはベトつきが落ち着いたところで練りこみます。バターは使用2時間前くらいに冷蔵庫から出して、生地の温度が低くならないように気をつけます。家庭で使うバターには塩が入っているため、これを使うと塩が多くなるため、無塩バターを使うそうです。

パンの生地は繊細ですね(*^。^*)



練っていくと餅のように弾力を帯びてまとまってきました。

練りが甘いと、発酵時のふくらみが足りなくなり、焼いたときに固くなるそうです。

生地をまとめた時に、生地にヒビが入るようではまだ練りが足りません。

練り上げた生地の温度は27度くらいになるようにします。温度が低いときは湯煎で温め、均一の温度になるように少し練り足します。

練りが終わったら、生地をボールに入れてラップを張って、一次発酵です。発酵は1時間く

らいです。

参加者の皆さんが自分で作業を始めると、細かな工程を確認しながら練っていました。実際に手を動かすと疑問が湧いてきますね♪

皆さん、講師のお手本を見た際にとったメモを見て、確認しながら作業を進めていました。



発酵が終わった生地はふっくらした触り心地になりました。

スケッパーを使ってパン1つ分の大きさに切り分けました。包丁で切り分けてもOKです。同じくらいの重さになるように切り分けるのは難しそうです(^_^;)

切り分けた1つ1つを生地が張るように丸めていきます。

この工程が終わったら20~30分、バットに生地を並べて、ラップで蓋をして、生地を休ませます。(二次発酵)

この時、生地にはビビが入っていれば、濡れた布巾や霧吹きで、生地には張りができるようにします。

二次発酵を終えた生地は、少し膨らんでいました。



次に成型です。

ハムロール&ツナサラダは、円形に平たくした生地にはハムを乗せて巻き込みます。切り込みを入れて半分に折り、ハムが見えるように置きます。

フランク&タマゴサラダは、細長く伸ばした生地です。輪っかをつくり、ウィンナーを乗せます。バターロールは、オタマジャクシのようにした生地を平たく伸ばし、湯煎で溶かしたバターを塗ります。

それぞれ、焼き上げ後にきれいになるように継ぎ目が隠れるようにします。

成型が終わったら、38度で湿度80%の中で三次発酵させます。湯船にお湯を張ったお風呂の中のイメージです。今回は大きな容器にお湯を張り、生地に乗った器を並べました。

発酵している間に、オーブンの予熱を行いました。



三次発酵が終わった後、パンの照りを出すために卵を生地表面に薄く塗ります。この時、生地を押しつぶさないように注意が必要です。



焼きは講師の皆さんにやっていただきました。初めて使うオーブンで焼くため、パンの焼き具合を見ながら焼き時間を調整しました。12分ほどで焼きあがりました。皆さん初めてつくったパンの写真を撮って、仕上がり具合に満足そうです♪



次回の自主練習では、参加者の皆さんだけでパンをつくります。今日習ったことを自宅でも復習できるといいですね(^)/