

女性部が教えます！
米粉でつくろう
かんたん
レシピ集

米粉のお買い求めは
お近くのAコープ各店や
農産物直売所
「みどりの里山居館」へ



レーズンシナモンロール (福岡)



■作り方

- ①砂糖、塩を人肌に温めた牛乳で溶かします。溶け終わったら溶き卵半量と水を加えます。
- ②米粉、強力粉、ドライイーストをボウルに入れ、①を加えざっくりと混ぜてからこねます。こねながらバターを数回に分けて入れ、滑らかになるまでこねます。
- ③②で出来たパン生地をボウルに入れ、日が当たる場所など暖かいところで1.5倍に発酵させます。
- ④③を麺棒で四角にのばします。のばした表面にシナモン、グラニュー糖を振りかけ、レーズンをまぶして巻いていきます。
- ⑤④をナイフで8等分に切り分け、型に切り口を上にして並べます。霧吹きをして35℃のオーブンに入れさらに40分ほど発酵させます。
- ⑥発酵が終わったら、すぐにオーブンを190℃に予熱しておきます。⑤の表面に残しておいた溶き卵半量を塗り、オーブンで20～30分焼きます。

■材料

砂糖 大さじ3	ドライイースト 3g
塩 小さじ1	バター(室温で軟らかくしておく) 30g
卵(溶いておく) 1/2個	シナモン 適量
牛乳 100cc	レーズン 適量
水 80cc	グラニュー糖 適量
米粉 130g		
強力粉 150g		

レシピのバックナンバーは当JAホームページでご覧いただけます。