とかち小麦ヌーヴォー2016

キクイモ入り低糖質リュスティック

全粒粉タイプの「ヌーヴォーキタノカオリ T85」を 100%使用した、野性的な小麦の風味を感じるリュスティック生地は、１５分ほど塩茹でして、大きめにダイスカットした菊芋（キクイモ）ととても良く合います。糖質が気になる方にもおすすめのパンです。

原価	24.4 円
販売価格	150 円
原価率	16.2%

材料

ヌーヴォー キタノカオリ T85	100
ドライイースト	0.2
塩	2.3
モルト	0.3
水	92
菊芋	15g/1 個

製法

1	ミキシング	L3　捏ね上げ：20℃ ※手捏ねでも良い。
2	1 次醗酵	20 分　P　20 分　P　20 分 P　60 分
3	分割　丸め	150g～ ※成型せず、分割したままの状態で布に並べる。
4	2 次醗酵	25℃　30 分
5	焼成	上 240℃　下 220℃　18 分

※菊芋は好みにカットし、塩水に漬け、6～8 分程度塩茹でする

※軽く仕上げたい場合は粉の 50%をモンスティルに差し替える