

# KOMEKO Nan

## ～米粉ナン～



完成品イメージ

### ○配合

\*サイズ25×8cm 1枚分

・米粉パン専用粉	150g
・砂糖	9g
・ドライイースト	3g
*生イーストの際は約6g	
・食塩	3g
・水	約100ml
・植物油	10g

\*水分は調整ください。目安は耳たぶ程度、ベタベタしない程度です。

\*天板はオーブンペーパーを敷いていると取り出しやすいです。

### ○作り方

1. 粉、砂糖、塩、イーストをボールに入れ混ぜ合わせる。
2. 水、植物を加え、全体が良く合わさる様に捏ねる。
3. ふんわりとラップをして、湯煎(40～50℃)に10～15分浸ける。
4. 湯煎後、同じ粉を打ち粉をつかい生地を約30回捏ねる。
5. フライパンに油を薄く塗り、その上で生地を25×8cmの小判形に伸ばし、20分発酵します。その後、中火で焼き色がしっかりとつくまで焼き、裏返し同様に焼き完成。\*その際にフタをするとフワット焼けます。

\*時間や温度はあくまでも目安です。使用する器具や状況応じ調整ください。