

「ユメシホウ」でピザをつくしましょう

「ユメシホウ」は作物研究所で開発したパン用小麦品種です。
小麦粉は強力粉としてパン以外にも使えます。

材料：「ユメシホウ」の小麦粉	150 g	ぬるま湯	66 ml
ドライイースト	4.2 g	牛乳	16 ml
砂糖	8.4 g	オリーブオイル	8 g
塩	4.2 g	ピザソース・トッピング（お好みで）	

- 「ユメシホウ」の小麦粉、ドライイースト、砂糖、塩をボールで混ぜ、ぬるま湯と牛乳を何回かに分けてゆっくり入れながらこねます。生地がまとまってきたらオリーブオイルをいれて力強くこねます（10分くらい）。結構大変なのでホームベーカリーを使うほうが楽です。
- 丸めてラップして暖かいところで発酵させます。
- 生地が2倍くらいにふくらんだら、打ち粉をしたテーブルにたたきつけるようにして空気を抜き、生地をテーブルの上でくるくるまわしてのばし、形を整えます。
- 生地にフォークなどで軽く穴を数カ所にあけ、ピザソースを塗り、トッピングして、オーブンで焼いて出来上がり！



「ユメシホウ」で チーズの包み焼きをつくしましょう

材料：「ユメシホウ」の小麦粉	100 g	ぬるま湯	65 ml
塩	1 g	キャンディーサイズのチーズ	10個

- 食塩をぬるま湯に溶かします（食塩水）。
- 粉と食塩水を混ぜ、こねます。
- 生地を2つに分割し、棒状に延ばし、ラップをかけて室温で30分（ベンチタイム）。
- 1つを棒状にして10個に分割します。
- 指で丸く延ばして成形して、打ち粉をし、チーズをのせて包みます。
- ホットプレートで焼いて出来上がり。



作物研究所

問い合わせ先：企画管理室 tel:029-838-8260

E-mail : www-nics@naro.affrc.go.jp <http://nics.naro.affrc.go.jp/>