

カレーパン

パン

材料 (8個分)

A

└ドライイースト	大さじ1/2
└ぬるま湯	大さじ2
└砂糖	小さじ1/2

B

└ぬるま湯	40cc
└強力粉	150g
└砂糖	15g
└塩	小さじ1/2
└卵	1/2個
└バター	25g

カレー

└豚ミンチ	75g
└玉ねぎ	1/2個
└ピーマン	1個
└しめじ	50g
└白ワイン	大さじ1/2
└カレールウ	20g
└塩・こしょう	少々
└小麦粉	大さじ1/2

溶き卵 1/2個

パン粉 適量

揚げ油 適量



作り方

1. ボウルにAを入れ混ぜ、ぬるま湯(分量外)を張ったボウルにのせ、10分ぐらいおいておく。
2. 別のボウルにBのぬるま湯、強力粉、砂糖、塩を混ぜ合わせてから、卵、バター(柔らかくしたもの)を加えさらに、混ぜる。
3. Aを2の生地に加えて混ぜ合わせ、よくこねる。(打ち粉しながらやる)弾力がでて、生地が手につかなくなったら、40℃40分ぐらいで、発酵(1次発酵)させる。
4. 【具を作る】玉ねぎ、ピーマン、しめじをみじん切りにして、油をしいたフライパンで炒める。豚ミンチも入れ、色づいたら白ワイン、砕いたカレールウ、塩・こしょう、小麦粉を加え、少し水を加えながら混ぜ、取り出し8等分しておく。
5. パン生地の表面がふっくらしたら、8等分に丸める。生地を円盤に伸ばし具を包み、オープンシートをひいた天板に間隔をあけて並べ、ラップをかけ(あったかいとこで)20分2次発酵させる。
6. 蒸し器で10分間蒸し、すこし冷ましてから卵、パン粉をつけ、揚げ油(170~180℃)で色づくまで揚げる。

所要時間 2時間ぐらい

主な調理器具 ボウル、蒸し器、てんぷら鍋