

生チョコ de 簡単バブカ

こなこな・マジック主宰 斎藤ゆかり

🕒 調理時間 約30分 (発酵時間および、焼く時間は除く)



材料

18cm×8.5cm×7cm の
パウンド型 1個分 (目安2人分)

スライス生チョコレート	4枚
強力粉	200g
ドライイースト	2g
塩	4g
砂糖	10g
水	130g
無塩バター	12g
無塩バター	分量外

作り方

- ① ドライイースト、塩、砂糖をボールにはかり、35℃程度のぬるま湯を加えよく混ぜる。
- ② ①に無塩バター、強力粉を加え、ゴムベラで混ぜ、まとまったら台に出して捏ねる。
- ③ 生地に力がかかるように捏ねていき、弾力が変わらなくなったら捏ね終わり。
- ④ 生地を丸く整え、レンジの発酵機能で35℃/50～70分で、様子を見て発酵させる。
(使用するドライイーストや温度により、時間は前後します)
- ⑤ ④の生地の真ん中に強力粉を振って指を挿し、底まで穴が縮まらなければ発酵完了とする。
- ⑥ 手で生地を押して溜まったガスを抜き、軽く丸め直し、縦じ目を下にしてラップをし、ベンチタイムをとる。(成形しやすい程度に、生地が緩むまで休める)
- ⑦ 緩んだ生地を麺棒で伸ばし、縦約30cm×横約20cmのサイズにする。(ベタつかないよう強力粉を少し振る)

次のページに続く

- ⑧ 生地を三つ折りにしながら生地の上にスライス生チョコレート
を2枚ずつ並べて挟む。



- ⑨ ⑧を縦3等分に包丁で下に押し切ってカットし、断面が見える
ように三つ編みにする。



- ⑩ クッキングシートを敷いたパウ
ンド型に、⑨を三つ編みの両
端を底に丸めて入れる。



- ⑪ オープンレンジの発酵機能で
35℃/30～40分を目安に様
子を見て、弾力がギリギリ残っ
ている程度まで発酵させる。
(乾燥しないようにラップをする)



- ⑫ 分量外のバターを三つ編みの隙間に散らし、200℃で天板ご
と予熱をしたオーブンで、200℃/25～30分、焼き色を見な
がら焼成する。(焼き色をしっかりとつけたい場合は、焼く前
に生地の上に牛乳を塗る)

ワンポイントアドバイス

レシピに使用している強力粉はアメリカ・カナダ産を使用することで、
ふっくらと美味しく仕上がります。使用するイーストによって発酵時間が変わるため、
生地の状態を見て次の工程に進んでいきましょう。
焼きすぎると焦げやすいため注意しましょう。

※調理後はお早目にお召しあがりください。

※やけどにご注意ください。

※食材を切る際はケガにご注意ください。