

パンの基本的な作り方



焼き上げ時100 g
の計算値

エネルギー	312kcal
タンパク質	2.3 g
脂質	8.6 g
炭水化物	56 g
ナトリウム	136.6 g
リン	34.8mg
カリウム	41.6m g
食塩相当量	0.34 g

材料（約1斤分）

<u>T.Tパンミック</u>	400
<u>ス</u>	g
サラダ油	45 g
砂糖	35 g
牛乳	30 g
バター	10 g
塩	2 g
ドライイースト	3 g
水	175 g ~ 200 g
ショートニング	3 g 程
（オーブン使用	度
の場合）	

作り方

- 1 ホームベーカリー使用の場合とオーブン使用の場合で、作り方が異なりますので下記リンクからご確認ください。また、ホームベーカリーで焼く場合の水温に関する注意点もございますので併せてご確認ください。
- 2 オーブン使用の場合
- 3 ホームベーカリー使用の場合
- 4 ホームベーカリーで焼く場合の水温について