短めのバゲット

小麦粉・水・塩・酵母で焼く、香ばしい二本。



写真はAI生成の完成イメージです。

仕上がり	準備時間	調理時間
約26〜28cm × 2本	手作業 約35分	焼成 22〜28分

材料 INGREDIENTS

- フランスパン用準強力粉 250g
- 水 170g（約170ml）
- 塩 5g
- インスタントドライイースト 2g（予備発酵不要）
- 打ち粉用の準強力粉 5〜10g程度・必要最小限
- 霧吹き用の水 少量

下準備と時間の目安 PREPARATION

発酵・休ませ：約2時間55分〜3時間40分。全体：約4〜5時間＋冷却。

材料を量り、水は通常20〜25℃程度に。暑い部屋ではやや冷たくし、熱湯は使いません。オーブン用シートは230℃・28分の使用に対応する製品を用意します。

道具 EQUIPMENT

はかり、ボウル、ふたまたはラップ、カードまたはゴムべら、内寸30cm以上の天板、オーブン用シート、清潔な霧吹き、クープ用ナイフ、ミトン、冷却用の網。

資料を比較して家庭向けに調整したレシピです。実際の試作は行っていません。

下準備と作り方

発酵は24〜26℃を目安に、生地のふくらみも確かめます。

01 混ぜて休ませ、生地を整える

粉250g、塩5g、イースト2gを混ぜ、水170gを加えて粉気がなくなるまで混ぜる。覆って20分休ませる。端を中央へ折り、ボウルを回しながら約5分繰り返す。まとまって滑らかになればよい。手につくときは手を軽く湿らせる。

02 一次発酵

覆って24〜26℃で30分置き、四方から中央へ折る。さらに60〜90分（合計90〜120分）置く。体積が1.5〜2倍になり、表面や側面に気泡が見えればよい。

03 二分して休ませ、成形する

打ち粉をした台で約210gずつに二分。大きな気泡だけ軽く押さえ、端を内側へ寄せて短い俵形にし、覆って20分休ませる。横長に押し、奥の約1/3、手前を中央へ折る。さらに半分に折り、とじ目をつまむ。とじ目を下に転がして26〜28cmに。縮むなら5分休ませる。

04 二次発酵と予熱

シートを敷いた天板に、とじ目を下にして離して置く。生地に触れない覆いをし、24〜26℃で45〜60分。ひと回り膨らみ、軽く押した跡がゆっくり戻ればよい。終わる頃に230℃へ予熱する。

05 切り込みを入れる

刃を少し寝かせ、深さ3〜5mmの切り込みを3本。長さ方向に近い斜めに、端を少し重ねる。庫外で生地へ薄く霧を吹き、すぐ焼く。

06 焼いて冷ます

230℃で22〜28分。色づきが早ければ後半は220℃へ。底が白く重く湿った感じなら数分追加。網へ移し、30分以上冷まして切る。

おいしく仕上げるポイント COOKING NOTES

粉を足しすぎず、伸びにくければ休ませます。庫内・扉へ水をかけず、熱した天板へ注水しません。スチーム機能は機種の説明書を優先します。

保存と代替材料 KEEP & SUBSTITUTE

十分冷まし、当日分は紙袋などへ。翌日以降の分は当日に切り、ラップと冷凍用袋で冷凍。風味の目安は2週間。室温解凍後、200℃で5〜8分温め直し、小片は早めに確認。焦げそうならホイルをかぶせます。カビ・異臭のあるものは食べません。準強力粉は強力粉200g＋薄力粉50gで代用可。銘柄で吸水や伸び方が変わります。

元記事：世界のおいしい物語のサイト内で「DM0002」「バゲット」を検索。