

米粉でつくる給食でおなじみのコッペパン  
 コッペパン — Koppepan



コッペパンの名称の由来は、フランス語の切られた (coupee)、ドイツ語の山頂 (Koppe) や丘 (kuppe) など諸説があります。学校給食に登場するようになってから国内に普及したと言われています。



### 材料 (約6個分)

#### 〈配合〉

脱脂粉乳	8g
ドライイースト	3g
バター	15g
砂糖	15g
食塩	5g
水	190 ~ 195g
パン用米粉 (米粉、小麦グルテン、糖質入り)	250g

### ◆ つくり方

#### [ 米粉パンの生地作り ]

- 1 すべての材料を同時に投入し、バターを指先でつぶしながら、均一になるまでよく混ぜる。
- 2 水を投入して一気に混ぜる。この時水を少し残して吸水の加減をみる。最初はドロドロしているが、弾力が出て、ひと塊りになるまで、しっかり手のひらで捏ねる。
- 3 ひと塊りになったら、ボウルから出し、引きちぎるように捏ね、台に叩きつけるように生地を打つ。
- 4 生地を引っ張って、切れずに薄く伸びれば完成。

#### [ つくり方 ]

- 1 基本の生地を作る。
- 2 生地ができ上がったら6等分する。分割は手でちぎらず、スケッパーなどでおこなう。
- 3 分割した生地をそれぞれ丸め乾燥しないよう濡れ布巾等をかけて約15分休ませる。
- 4 形成した生地をクッキングシートを敷いた天板の上に並べる。オーブンの発酵機能を使い約60分発酵させる。
- 5 発酵が終わったらオーブンを200℃程度にセットし、余熱後約15分焼く。焼きあがったパンは、通気性のよいところに置き粗熱をとればでき上り。

### 〈 POINT 〉

- 発酵中に乾燥しないように霧吹きで水を吹きかけたり、お湯を入れた皿をオーブンの中に入れておくと効果的です。
- 焼成の時間は、機種やその他の条件などによって異なりますので説明書を参考におこなってください。

豆知識参考：レファレンス協同データベース

レシピ：米粉活用ハンドブック全国穀類工業協同組合