



セーグル・サンテ

配合 (g)

前処理

ライ麦粉…………… 1000
水…………… 1200

生地

強力粉…………… 1250
塩…………… 42
フランス古生地…………… 240
インスタントイースト…………… 20
生イースト…………… 20
モルト…………… 少々
ビタミンC…………… 少々
水…………… 680

(生地 1 kgに対して)

松の実・クコの実…………… 各50
ひまわり・カボチャの種…………… 各50
カリフォルニア・レーズン…………… 100

工程

ミキシング…………… L 4分H 4分↓ L 1分
捏上温度…………… 26℃
一次醗酵…………… 50分
ベンチタイム…………… 30分
二次醗酵…………… 30分
分割重量…………… ミニバケット型：100g
パヴェ型：100g
焼成温度…………… 上火：250℃
下火：220℃
焼成時間…………… 16分

<応用レシピ>

季節の野菜サンド