

Démonstration – Le Cordon Bleu × European Union
Tastes of Europe レシピコンテスト
ファイナリストによるスペシャルデモンストレーション

Le Cordon Bleu

Menu メニュー

Cheese nuts pot by 日暮みゆき



Ingrédients 材料 8 個分

小麦粉 (200g)

リスドオル

ゴールドデンヨット

生イースト

水

ヨーグルト (プレーン)

はちみつ

卵

塩

バター *Echiré* (無塩)

レモンの皮 (すりおろし)

ギリシャのフェタチーズ

ナッツのはちみつ漬け

*お好みのナッツで。

*はちみつ漬けがないときは、

刻んだナッツ 80g とはちみつ

40g を合わせて使う。

*ピスタチオ、はちみつ (分量外)

<下準備>

ナッツのはちみつ漬けを作る。好きなナッツを

ローストして瓶に入れ、ナッツがかぶるくらい

の分量ではちみつを入れる。

(できれば、1週間くらい漬ける)

フェタは牛乳に浸して一晩おいて塩抜きす

る。

<作り方>

140 g 1. 台の上に粉をおき、中心にくぼみを作る。

60 g 2. その中に、塩、イースト、ヨーグルト、はちみつ、卵を入れる。

6 g 3. 水を1へ流し入れる。(調整用に少し残す。)

60 g 4. 手でイーストを中心にそれ以外の材料も溶かしながら混ぜ合わ

40 g 5. せていく。徐々に粉も混ぜていく。ある程度混ぜたらスケッパー

6 g 6. を使って切り混ぜる。(Frassage)

40 g 7. まとまってきたら台に叩き付けるようにして捏ねる。(Pétrissage)

3 g 8. 生地が出来たらバターを加えて捏ねる。

24 g 9. バターがなじんだらすりおろしたレモンの皮を加えて捏ねる。

4 g 10. ボールに入れて発酵させる。一次発酵 (常温 40 分)

120 g 11. 或は、30°Cの発酵器で 30 分程度。(Pointage)

120 g 12. 8. 分割(Divisage) (45g x 8) → 丸くまとめる(Boulage) →
ベンチタイム(Détente) (常温 20 分)

13. 二次発酵の間に、フィリングの準備。フェタチーズは粗めに
手でちぎってボールに入れる。ナッツのはちみつ漬けも包

丁を使って粗めに刻み刻んだフェタチーズと混ぜ合わせる。

14. 生地を直径 9cm ぐらにのばし、中央に9のフィリングを
適量 30g のせて包む。

15. とじ目を下にして天板に並べる。手のひらで軽く押さえる。

16. 端 1cm くらい残してハサミでカットする。チーズが見える
くらい。

17. カットしたところを指で押し広げ、チーズをしっかりと見せる。

18. Apprêt 二次発酵 30°Cで 40 分~50 分。

19. Dorure 照り用塗り卵 → Cuisson 焼成 210°Cで 12~15
分。

20. 焼成後、フィリング部分にはちみつを少しかける。飾りに
ピスタチオを散らす。