

**フォカッチャ**

<材料> (3枚分)

生地

- 強力粉 .....175g
- 薄力粉 .....75g
- グラニュー糖 .....5g
- 塩 .....5g
- エクストラバージン・オリーブ油 .....20g
- ショートニング .....5g
- ドライイースト  
(予備発酵不要のもの) .....4g
- 水 .....160g



- エクストラバージン・オリーブ油 .....適量
- 塩 .....適量



<作り方>

**生地をこねる**

- ① ボウルに強力粉、薄力粉を合わせてふるい入れ、グラニュー糖、塩を加えて混ぜ合わせる。
- ② 人肌程度 (約 35℃) に温めた水にドライイーストを溶かす。



- ③ ①に②とエクストラバージン・オリーブ油、ショートニングを加え、手で混ぜ合わせる。
- ④ ひとかたまりになったら、生地をボウルから台に取り出し、手のひらで台に生地をこすりつけながらこねる。



## Act OnTV

- ⑤ 生地に粘りが出てきたらひとつにまとめ、生地を持ち上げて台に叩きつけながらこねる。叩きつけたら手を離さずに生地を手前に引っ張り、半分に折り返す。これを繰り返してこねる。



- ⑥ 生地の一部を取り、破らないように両手でのばすと、膜のように薄くのびるようになったらこね上がり。



- ⑦ 生地を丸めて表面をなめらかにし、薄くオリーブ油を塗ったボウルに入れ、ビニール袋に入れる。



## 発酵

- ⑧ 25～30℃の場所で、生地を約 60 分発酵させる。



## 分割

- ⑨ 発酵の状態を確かめる。生地の表面を指で押さえ、跡がそのまま残る状態なら発酵完了。指の跡が戻るようなら発酵不足。指の跡の周りの生地が落ちるようなら発酵過剰。



**Act OnTV**

- ⑩ 生地を台の上に出し、約 150g で 3 等分にする。

**丸め**

- ⑪ 表面がなめらかに張るように丸め、反対側の生地をつまんで閉じる。生地を指で押さえると、張りがあり、指の跡が戻るような状態がよい。



- ⑫ 布を敷いたオーブンプレートに並べ、ビニール袋に入れる。

**ベンチタイム**

- ⑬ 生地を常温で約 20 分休ませる。

**成形**

- ⑭ 生地を閉じ目を下にして台に出し、手で押さえて平らにする。麺棒をかけて直径約 15cm の円形にする。



**Act OnTV**

- ⑮ オリーブ油を塗ったオーブンプレートにのせ、表面にオリーブ油を塗り、ビニール袋に入れる。

**最終発酵**

- ⑯ 30～35℃の場所で、約40分発酵させる。

**焼成**

- ⑰ 表面に塩を振りかけ、指で穴をあける。



- ⑱ 220℃に温めたオーブンに入れ、約13分で焼き上げる。

- ⑲ 焼き上がったらオーブンから取り出し、オリーブ油を塗り、網の上に並べて冷ます。

