

コナちゃんの

こむぎこ

しゅるい

小麦粉にはどんな種類があるの？



コナちゃん

いっ ばん ざい だん ほう じん せい ぶん しん こう かい
一般財団法人 製粉振興会

こ むぎ こ しゅ るい
小麦粉には、どんな種類があるの？



きょう りき こ
強力粉

できるもの

パン



ぎょうざの皮 かわ



ピザ



ちゅう か
中華めん



など

ちゅう りき こ
中力粉

できるもの

うどん



そうめん



など

こむぎこ きょうりきこ ちゅうりきこ はくりきこ
小麦粉には、強力粉、中力粉、薄力粉の

3種類があり、作る料理によって、

小麦粉を使い分けているの。

でも、パスタ用のデュラムセモリナは、

強力粉、中力粉、薄力粉にはあてはまらないのよ。



はくりきこ
薄力粉

できるもの

ケーキ



おかし



てん
天ぷらの
ころも



など



デュラムセモリナ

できるもの

パスタ



スパゲッティ



パンづくりメニュー



こむぎこ 小麦粉を使った料理をつくってみよう

ざいりょうのおもさは、しっかりはかってね

《ざいりょう》

こむぎこ 小麦粉 (強力粉)	200g
たまご	20g
しお	3g
さとう	15g
インスタントイースト	3g
むえんバター	20g
ぎゅう 牛にゆう (40℃)	130g



《かざり》

あんこ	180g
レーズン	てきりょう
しあげ 仕上たまご	てきりょう

つくりかた

1 ざいりょうをまぜて、よくかきまぜる。



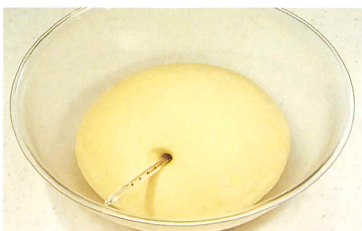
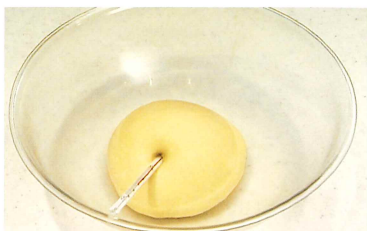
2 よくこね、かたまってきたら、たたく。



3 こねおわったらパンの生地^{きじ}をしばらくねかす。そのとき生地^{きじ}をかんそうさせないようにする。



4 1時間^{じかん}ぐらいねかすと、2倍^{ばい}ぐらいにふくらむ。



5 パンの生地を切る。丸めたらしばらくまたねかす。



6 すきな形につくる。このとき中にあんこを入れたり、レーズンをつけてかざりつけをしてもよい。



7 仕上げたまごをぬって、オーブンに入れる。



8 180℃の温度で15分ぐらいやいて、できあがり。



こ むぎ こ じょう ず
小麦粉と上手なおつきあい



ねが
コナちゃんの4つのお願い

- ① 小麦粉はつくる料理にあったものを選ぶ。

小麦粉は、つくる料理にあわせて、強力粉、中力粉、薄力粉の種類をたしかめて買おう。

- ② 小麦粉はしっかりふうをして、正しくほぞんしよう！



小麦粉は、においがつきやすく、しっ気がニガ手、使い残しは、しっかりふうをして、虫が入ってこないように注意しよう。

- ③ 小麦粉は、よくふるって使い、残った粉はもとにもどさないようにしよう。

ふるった小麦粉で作ったお料理やおかしは、上手においしくできあがるよ。使う分だけ取り出し、一度使った小麦粉は、もとにもどさないようにしよう。



- ④ 小麦粉の注意書きを、よく読もう。

小麦粉のふくろの注意書きをよく読んでから料理を作り始めよう。

いっばんざいだんほうじん せい ふん しん こう かい
一般財団法人 製粉振興会

〒103-0026

とうきょうと ちゅうおうく に ほんばし かぶとちよう ばんごう
東京都中央区日本橋兜町15番6号
せいふんかいがん かい
製粉会館2階

でんわ 03-3666-2712 (だいひょう)

FAX 03-3667-1883

[ホームページ] <http://www.seifun.or.jp> (こむぎこのおはなし)

E-mail : info@seifun.or.jp