ペットボトルで パンづくり

■材料（１人分）

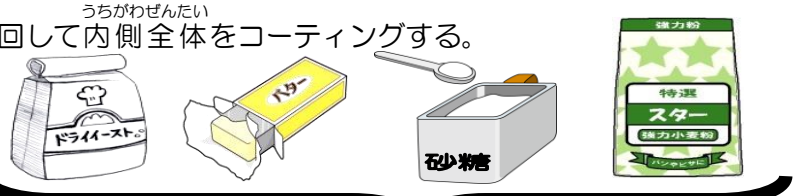
強力粉110ｇ、水60ml、バター10ｇ、砂糖10ｇ、ドライイースト３ｇ、アルミホイル、炭酸飲料のペットボトル（フタ付き）、洗った竹の棒、平皿、お湯（40℃）、じょうご、チョコチップ、ウインナーなどのトッピング、BBQコンロ（金網付き）、木炭2kg

■作り方

１　ペットボトルに溶かしバターを入れ、回して内側全体をコーティングする。

２　水を入れる。

３　砂糖、ドライイースト、強力粉



をじょうごを使って入れ、フタをきつく閉めて上下に強く振る。（まわりに注意！）

４　ひとかたまりになって、ペットボトルの内側にパン生地が付かなくなったら、<u>４０℃のお湯につけたまま約３０分発酵</u>させる。（温度が下がったらお湯を注ぎ４０℃にする）

この発酵時間を利用して、バーベキューコンロで着火剤を使って木炭に着火しておく。

５　発酵したら、もう一度ペットボトルを振る。〈生地のガスを抜くため〉

ひとかたまりになったら、ペットボトルを逆さにしてフタ側に生地を寄せ、<u>再び４０℃のお湯につけて約１０分発酵</u>させる。この時間を利用して６の作業をしておく。

６　竹棒の先の方に、約３０センチ幅になるようにアルミホイルを巻きつけておく。

７　強力粉を敷いたお皿を置いて、ペットボトルを下向きにしたままフタを素早く開くと、生地が勢いよくポーンとお皿に飛び出てくる。生地に強力粉を振って、アルミホイルを巻いた竹の棒に薄く、生地が重ならないように巻きつける。チョコチップなどを練りこんだり、ウインナーを包んで焼いても、さらに美味しさアップするよ！

８　巻きつけた生地を、炭火の上の方で回しながらまんべんなく焼く！

生地を火に近づけすぎると、表面だけ焦げて中身が生焼けになるので気をつけて！

９　こんがり焼けたら、できあがり♪

焼けた生地を竹から抜いて、食べやすい幅にカットしてもよし、丸かじりしてもよし、さあ召し上がれ！