

自動ホームベーカリー（家庭用）
HBK-101

ふっくらパン屋さん

取扱説明書 / 料理集

お買い上げまことにありがとうございます。
この取扱説明書を必ずお読みのうえ正しく
お使いください。

お読みになった後はお使いに
なる方がいつでも見られる所
に大切に保管してください。



❖ もくじ ❖

お使いになる前に

安全のために必ずお守りください…	1～3
使用上の注意とお願い…	4
各部のなまえ…	5
操作部のなまえとはたらき…	6～7
パンを焼く前に…	7～10
メニューの種類と調理時間…	11～13
タイマー予約の使用法…	14

ドライイースト

焼き上げまでの使用法…	15～16
山形パンメニュー…	17～23
米粉パンメニュー…	24～25
ねり＋発酵（生地づくり）の使用法…	26
ねり＋発酵（生地づくり） メニュー…	27～40
発酵＋焼きの使用法…	41～42
ねり＋発酵・発酵＋焼き メニュー…	43～44

ホシノ天然酵母

生種おこしの使用法…	45～46
焼き上げまでの使用法…	47～48
山形パンメニュー…	49～50
ねり＋発酵の使用法…	51
ねり＋発酵メニュー…	52～56

パンづくりの応用

ねり・発酵・焼きの使用法…	57～58
ねり・発酵・焼きメニュー…	59～62
低温長時間発酵の使用法…	62

パン以外のメニュー

ケーキの使用法…	63～64
フレッシュバターの使用法…	65～67
ジャムの使用法…	68
ヨーグルトの使用法…	69
ほっくり焼き芋の使用法…	70
蜜甘焼き芋の使用法…	71

ご愛用の手引き

お手入れのしかたと保管…	72
パンづくりのQ & A…	73～74
パンのできばえがおかしいときは…	75～76
修理を依頼する前に…	77
こんな表示がでたときは…	77
仕様…	78
アフターサービスについて…	78
保証書…	裏表紙

安全のために必ずお守りください

ここに示した注意事項は製品を安全にお使いいただき、あなたや他の人々への危害や損害を未然に防止するための重要事項を警告・注意に分けて示します。必ずお守りください。



警告

取り扱いを誤ると、死亡または重傷などを負う可能性があります。



注意

取り扱いを誤ると、傷害または物的損害が発生する可能性があります。

お守りいただく内容を次の絵表示で区別しています。



してはいけないこと（禁止）を示します。



必ずすること（強制）を示します。



警告

電源プラグや電源コードについて



必ず実施

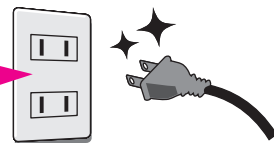
●交流 100V のコンセントを使う。

交流 200V の電源で使うと感電・火災の原因になります。

●電源プラグはほこりが付着していないか確認し、刃の根元まで確実に差し込む。

感電・ショートによる火災の原因になります。

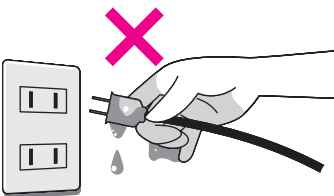
100V



ぬれ手禁止

●ぬれた手で電源プラグの抜き差しはしない。

感電の原因になります。



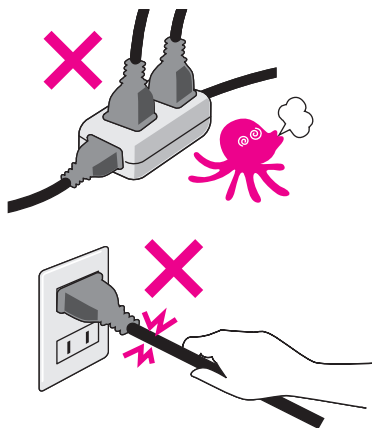
禁止

●電源はタコ足配線にしない。

発熱による火災の原因になります。

●電源コードを持って電源プラグを抜かない。（必ず電源プラグを持つ）

電源コードが傷み感電・ショートによる火災の原因になります。



警告



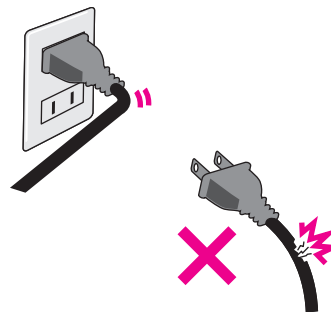
禁止

●電源コードを無理に曲げたり、ねじったり、強く束ねたり、ひっぱったり、重いものをのせたり、加工したり、足に引っ掛かるような状態にしない。

電源コードが傷み感電・火災の原因になります。

●電源コードや電源プラグは傷んだまま使わない。

感電・ショートによる火災の原因になります。



事故を避けるために



水ぬれ禁止

●本体の丸洗いや水につけたり、水をかけたりしない。

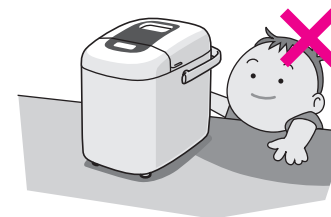
感電・ショートによる火災の原因になります。



禁止

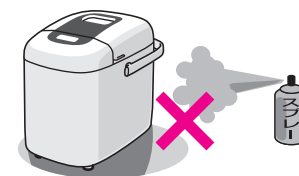
●子供だけで使わせたり、乳幼児の手の届く所で使わない。

感電・けがの原因になります。



●使用中に可燃性スプレー・シンナーなど可燃物を製品の近くで使わない。

爆発・火災・発火の原因になります。



分解禁止

●お客様ご自身で分解したり修理・改造はしない。

異常動作による、感電・火災・けがの原因になります。



※修理は販売店にご相談ください。

安全のために必ずお守りください

⚠ 注意

- テーブルクロス・じゅうたん・ぐらついた台の上など不安定な場所や、大理石などすべりやすい所で使わない。

- テーブルの端に近い所で使わない。

- テーブルなどの上で、本体の足が汚れたまま使わない。

落下してけがの原因になることがあります。
(本体の足が粉などで汚れている場合は、水にひたした布をかたくしぼってふき取ってください。)

- 調理開始後は蒸気口・ふた・本体・ガラス窓に顔や手を近づけない。

やけどの原因になることがあります。
特にお子様にはご注意ください。

- 使用中は本体を移動させない。

やけどの原因になることがあります。

- 回転している羽根にさわらない。

けがの原因になることがあります。

- 囲われた所で使わない。

熱がこもり、変形や変色の原因になることがあります。

- 使用中は、壁・カーテンなどから本体を5cm以上はなす。

変形・変色の原因になることがあります。

- パンを取り出すときは必ずミトンなどを使う。

やけどの原因になることがあります。
特にお子様にはご注意ください。

- お手入れするときは、必ず電源プラグを抜く。

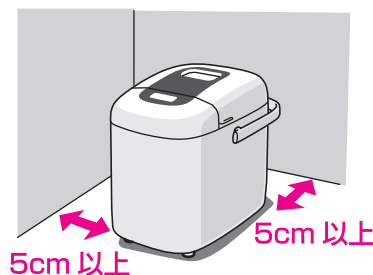
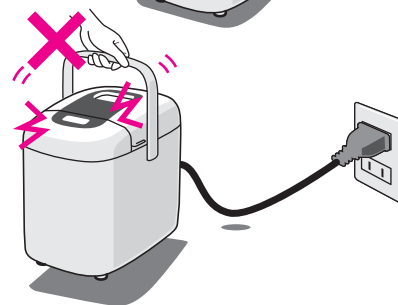
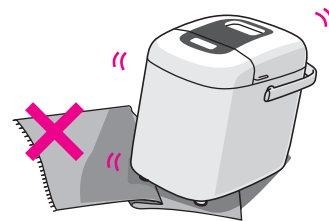
感電・けがの原因になることがあります。

- 使用時以外は、必ず電源プラグを抜く。

絶縁劣化による感電・火災・漏電の原因になることがあります。

- 異常時は、直ちに電源プラグを抜く。

異常のまま運転をつづけると感電・火災の原因になることがあります。



禁止



必ず実施



電源プラグを抜く

使用上の注意とお願い

- ふたを開けたまま使わない。

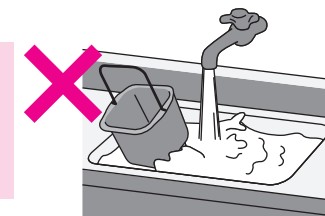
ふたを開けたまま使用するとパンがうまく焼き上がりません。
焼き工程中にふたを開けると停止することがあります。



- パンケースを食器洗い機で洗ったり、底の部分を水につけたままにしない。

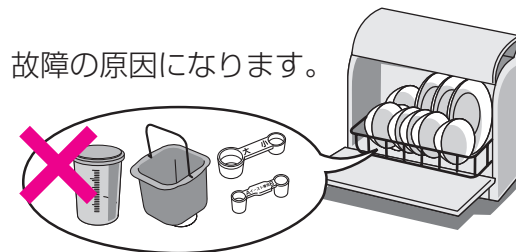
羽根取付軸部分に外側から水が入り、羽根取付軸が回らなくなるなどの故障の原因になります。

外側はぬれふきんでふく程度にして
水洗いは内側のみにしてください。



- 大小スプーン・イースト専用スプーン・計量カップ・発酵カップ・パンケース・フレッシュバター専用ふたを食器洗い機で洗わない。

変形・変色・故障の原因になります。



- 決められた容量以上で使わない。

焼き上がりが悪くなり、ふたの内側にパンが付いてしまうことがあります。



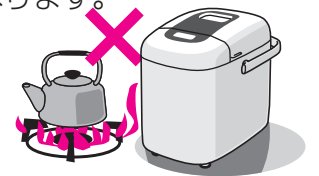
- グラニュー糖やパールシュガーなど、かたい材料は使用を控える。

パンケースのフッ素樹脂コーティングに傷が付く場合があります、消耗が早くなります。

- 食物アレルギーの方は、医師と相談のうえ使用する。

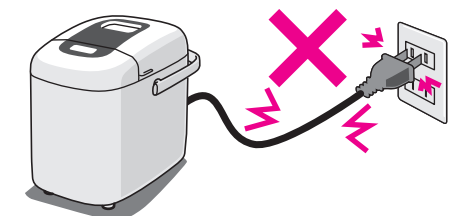
- 湿気のある所、火気の近くで使わない。

変形・故障の原因になります。



- 使用中に電源プラグは抜かない。

運転が止まってしまう、再スタートしても焼き上がりません。



- パンケースはていねいに扱う。

パンケースを変形させるとパンのできが悪くなる場合があります。



- ふきんなどをかけない。

蒸気が出なくなり、ふたの変形や変色の原因になります。



- パンづくりおよびこの取扱説明書のメニュー以外には使わない。

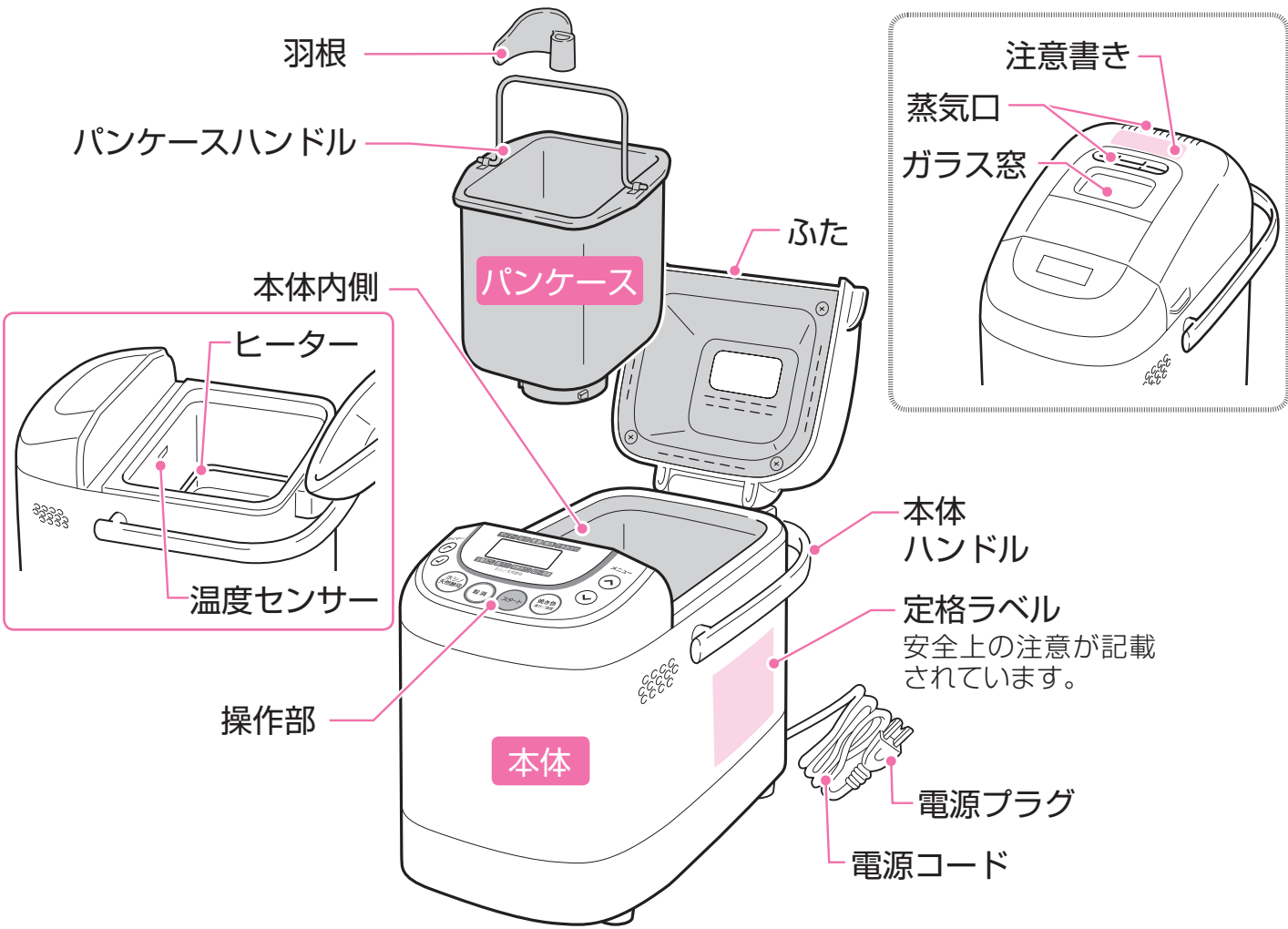
故障の原因になります。

- フレッシュバター専用ふたはフレッシュバター以外には使わない。

変形・故障の原因になります。

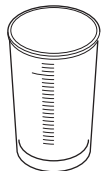
各部のなまえ

本体



付属品（各 1 個）

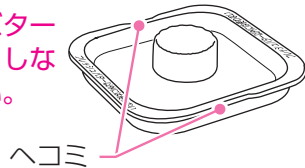
計量カップ
水などをはかります。
※粉ははかれません。



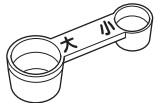
発酵カップ
(ふたが付いています)
※生種おこし・生種の保存やヨーグルトを作るときに使用します。



フレッシュバター専用ふた
※フレッシュバター以外では使用しないでください。



大小スプーン
砂糖などをはかります。



大小スプーン容量

		大スプーン		小スプーン	
		1 杯	0.8	1 杯	0.5
容量	ml	15	-	7.5	4
砂糖	g	8	-	4	-
スキムミルク	g	6	-	3	-
塩	g	-	-	4	2
ベーキングパウダー	g	12	10	6	3.2

材料の分量についてメニュー表の中では下記のように書かれています。

例

イースト専用 スプーン
ドライイーストのみをはかります。



イースト専用スプーン容量

		イースト専用 A スプーン	イースト専用 B スプーン
		1 杯	1 杯
ドライイースト	g	2.4	2.1

大スプーン 1 杯	大 1
大スプーン 0.8 目盛り	大 0.8
小スプーン 0.5 目盛り	小 1/2
イースト専用 A スプーン 1 杯	A1
イースト専用 B スプーン 1 杯	B1

操作部のなまえとはたらき

操作部

※表示部は説明のため、すべての表示を点灯させております。

タイマーキー

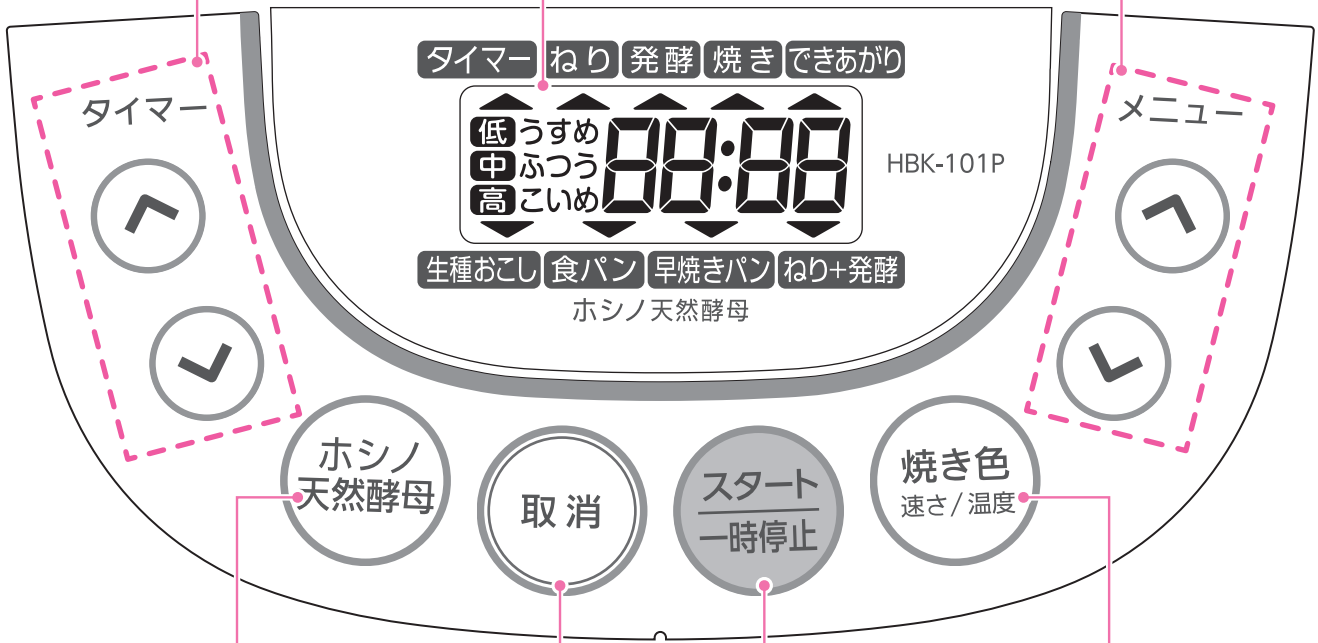
- タイマー予約をします。
- ねり・発酵・焼き時間を設定します。

表示部

- 選んだメニュー番号・焼き色・調理工程などが表示されます
- スタート後は「できあがり」までの残り時間表示に替わります。

メニューキー

- メニューを選びます。



ホシノ天然酵母キー

- ホシノ天然酵母メニューを選びます。
- 1 回押すたびに表示部の▼が移動し、天然酵母メニューを選ぶことができます。

取消キー

- 操作をやり直すとき、スタート後中止するときに使います。
- ※スタートさせたあとに取り消すときは、表示が消えるまで 2 秒以上押しつづけてください。

スタートキー

- 調理やタイマー予約をスタートさせます。
- 一時停止キー
- スタートさせたあとに押すと一時停止します。
- ※焼き工程中は、一時停止させることができません。

焼き色キー

- 焼き色（ふつう・こいめ・うすめ）を選びます。

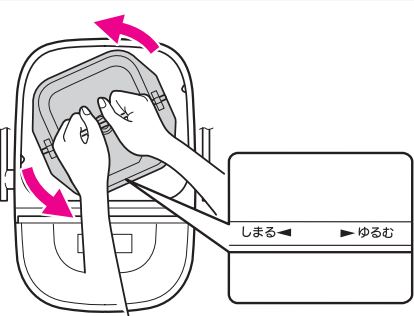
速さ / 温度キー

- ねり速さ / 発酵温度 / 焼き温度を選びます。（ねり・発酵・焼きのメニューで使います。）
- ※スタートさせたあとに焼き色キーを押すとミックスコールを消すことができます。
- 詳しくは P.11 の「ミックスコールについて」をご覧ください。

操作部のなまえとはたらき

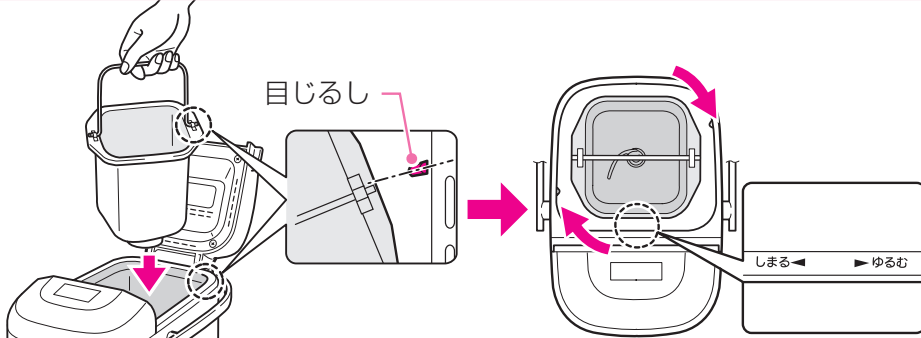
パンケース・羽根・フレッシュバター専用ふたの取り出し方、取り付け方

パンケースの取り出し方



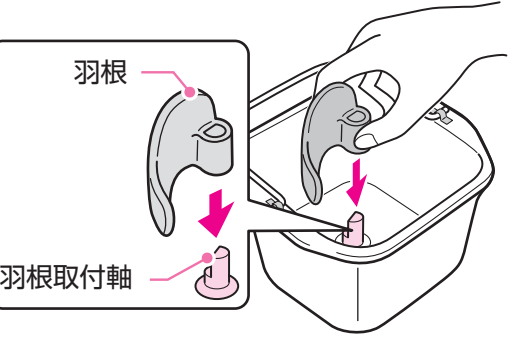
■パンケースハンドルを持ってパンケースのふちにある矢じるし（ゆるむ）の方向に回して取り出します。

パンケースの取り付け方



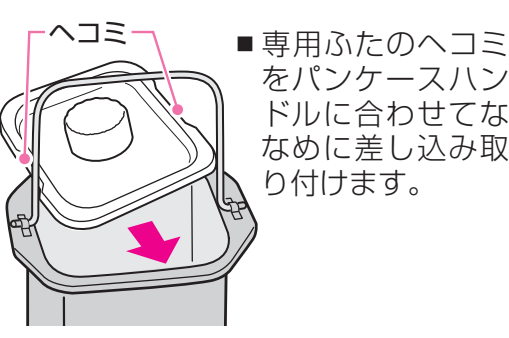
①パンケースハンドルと目じるしを合わせて入れます。
②パンケースのふちにある矢じるし（しめる）の方向に回し、確実に固定します。

羽根の取り付け方



■羽根取付軸と羽根の穴の形を合わせて奥まで確実に差し込みます。
※羽根が浮いていると生地をねるときに羽根がはずれ、パンができません。

フレッシュバター専用ふたの取り付け方



■専用ふたのヘコミをパンケースハンドルに合わせてななめに差し込み取り付けます。

パンを焼く前に

小麦粉



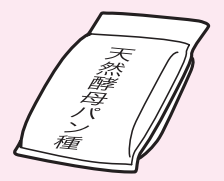
- パンづくりには一般的にタンパク質の多い強力粉を使います。パンの種類により薄力粉を混ぜて使うこともあります。
- 水を加えてねると「グルテン」というタンパク質が形成されて空気を包み込むのでふんわりとしたパンができます。
- 開封後は高温多湿、直射日光を避け、必ず賞味期限内に使い切ってください。古くなった小麦粉を使用するとパンが大きくふくらまない原因になります。
- 国産小麦粉は収穫時期・銘柄・産地でタンパク質の量が異なるため、パンのふくらみに差が出ます。
- 業務用のパン専用小麦粉は市販の強力粉とタンパク質の量が異なるため、パンのふくらみに差が出ます。

予備発酵のいらないドライイースト



- 適当な温度・水・糖分を与えると活動して炭酸ガスとパン特有の良い香りをつくり出します。
- ドライイーストメニューでは必ず予備発酵のいらないドライイーストを使います。予備発酵の必要なドライイースト・生イーストは使用できません。日清製粉の「スーパーカメリア」をおすすめします。
- 開封後は密封して冷蔵庫か冷凍庫で保存し、なるべく早く使い切ってください。古くなったドライイーストは発酵力が落ちパンが大きくなりません。

ホシノ天然酵母パン種（元種）



●日本古来の醸造技術を応用したパン種（発酵種）です。酵母を国産小麦、国産減農薬米、麹、水で育て、パンにうま味が出るのが特徴です。
元種（乾燥粉末状）を水に溶かし「生種おこし」メニューで発酵後冷蔵保存したパン種を「生種」と呼びます。元種・生種とも冷蔵庫に入れ、生種は1週間程度で使い切ることをおすすめします。

※エムケーホームベーカリーには発酵力が安定している「ホシノ天然酵母パン種」をお使いください。

品名「ホシノ天然酵母パン種」50g × 5袋入り
＜ホシノ天然酵母種に関するお問い合わせは＞
有限会社 ホシノ天然酵母パン種
お客様相談窓口 TEL.042(737)7825
受付時間 9：00～17：00（土・日を除く）

ホシノ天然酵母パン種お取り扱い店名		
■株式会社東急ハンズ TOKYU HANDS INC.	■戸倉商事株式会社「ママの手作りパン屋さん」INC.	
※一部お取り扱いとなる場合がありますので、各店舗にお問い合わせください。 http://www.tokyu-hands.co.jp	フリーダイヤル 0120 (149) 854 TEL 077 (510) 1777 FAX 077 (522) 3708 受付時間 9：00～18：00（土・日・祝日を除く） http://www.mamapan.jp	
※お取り扱い店の電話番号、ホームページアドレスは予告なく変更になることがありますのでご了承ください。		

米粉（グルテン入り）



米粉（グルテンなし）



●必ず、粒子が細かい「**パン用米粉・米粉パン用ミックス粉**」をお使いください。上新粉ではうまくできません。

●パン用の米粉には大きくわけてグルテン入りとグルテンなしがあります。さらにドライイーストと水を加えるだけでよいもの、その他の材料を加える必要があるものなどがあります。

●エムケーホームベーカリーにはグリコ栄養食品株式会社の「**米粉パン用ミックス粉・米粉**」をおすすめします。

＜米粉（グルテン入り）＞

- 米粉は米を粉末にしたもので、小麦粉のように水を加えてねてもグルテン（※）を形成しないため空気を包み込むことができません。そのため米粉にグルテンなどを添加して小麦粉のパンのようにふんわりふくらませることができるようにしたものがグルテン入りの米粉です。
- グリコ栄養食品「**こめの香 米粉パン用ミックス粉（グルテン入り）**」「**福盛シトギミックス 20A**」をおすすめします。

（※）グルテン
小麦粉だけにグルテニンとグリアジンというタンパク質が両方存在し、水を加えてねることで網目状のグルテンという組織を形成します。グルテンは発酵で発生した炭酸ガスを含み込むのでパンは空気を包み込んでふんわり仕上がります。

＜米粉（グルテンなし）＞

- グルテンが含まれていないので、小麦アレルギーの方も召し上がることができますが、きわめて敏感な方は医師と相談のうえ少量から慎重にお試しになることをおすすめします。
- グリコ栄養食品「**こめの香 米粉パン用ミックス粉（グルテンフリー）**」「**福盛シトギ 2号**」をおすすめします。

■米粉パンのできあがり、ホームベーカリーの使い方についてのお問い合わせは裏表紙 弊社「お客様相談窓口」へご相談ください。

米粉のお申し込み先

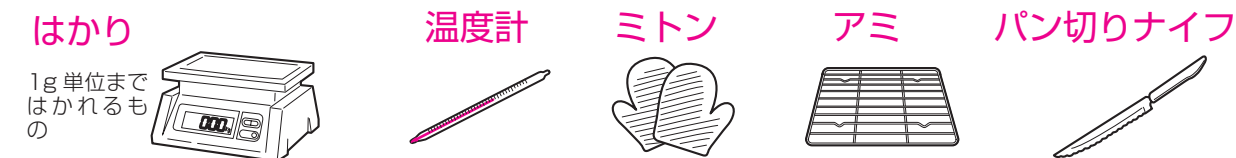
■「グリコ栄養食品株式会社」 <http://www.glico.co.jp/eishoku>
米粉商品、購入に関するお問い合わせ先は、フリーダイヤル 0120 (301) 447
受付時間 8：30～17：30（日・祝日・年末年始・お盆を除く）

砂糖 	●ドライイーストや天然酵母の栄養となり風味や色づきを良くします。また、パンに甘みをつけ、やわらかさを保ちます。	食塩 	●パンの味をととのえ、グルテンを引き締めてパン生地を強くします。
水 	●小麦粉に加えてねると、グルテンがつくられます。水の温度を調節すると、パン生地を適切な温度にすることができます。 ※アルカリイオン水や酸性水は使用しないでください。	バター（油脂） 	●パンの風味を良くします。すだちが細かくやわらかいツヤのあるパンにします。また、パンがかたくなるのを遅らせる効果もあります。 ※バターのかわりにマーガリンもお使いいただけます。
スキムミルク 	●パンの色づき・光沢・風味を良くし、栄養価を高めます。入れすぎるとパンの皮がかたくなります。	卵 	●パンがおいしそうな黄色になり、光沢・風味を良くします。また、パンにボリュームが出ます。卵はよくときほぐしてからお使いください。

パンを焼く前に

パンづくりの道具（付属品のほかに）

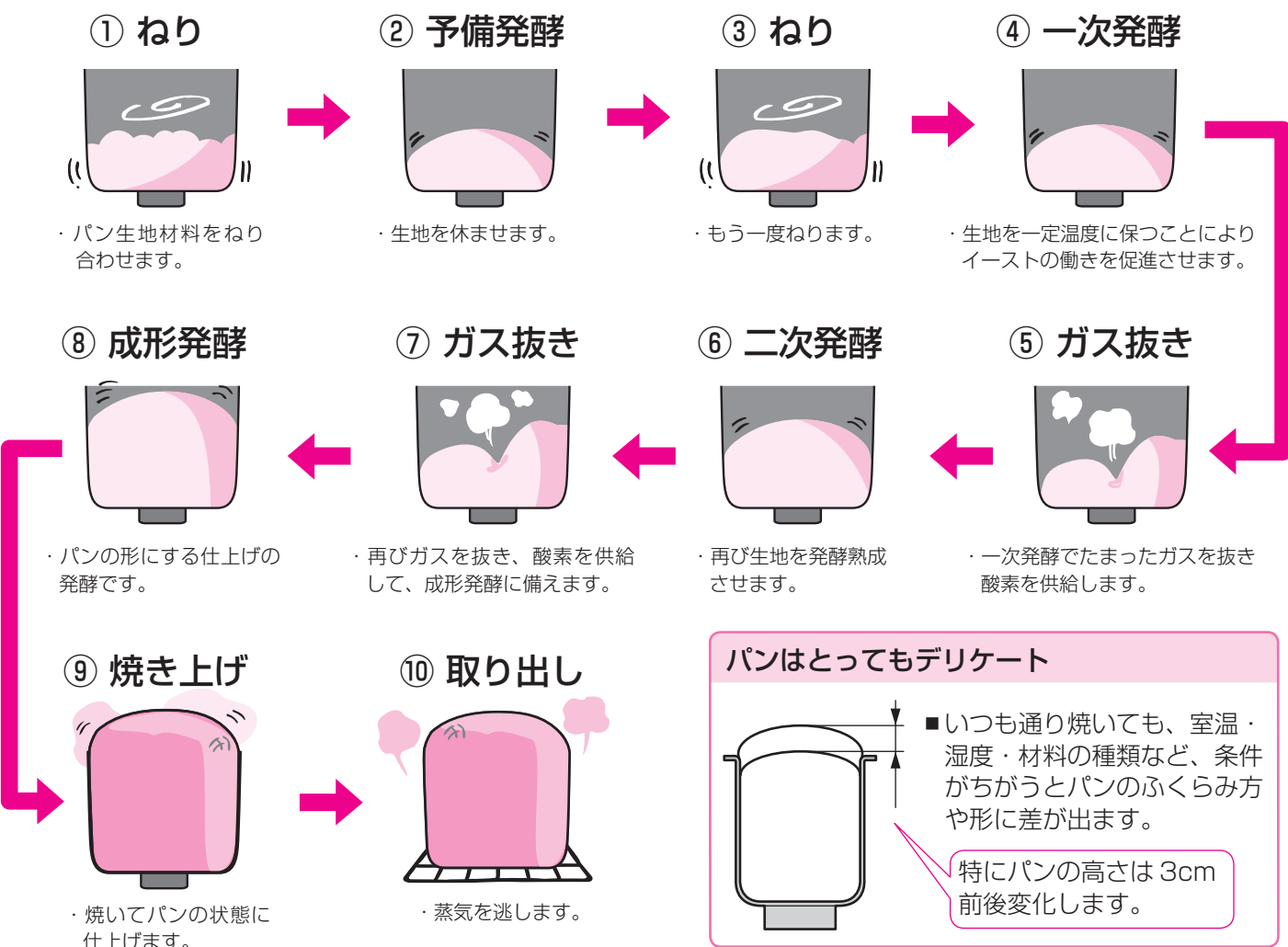
パンづくりに必要な道具



手づくりメニューに必要な道具



パンづくりのしくみ



上手にパンを焼き上げるためには・・・

POINT 1 室温に合わせた温度の水を使う

- 水温はパンのふくらみに影響します。下表のように室温に合わせて調節する。

室温	水温	アドバイス
10℃以下	約 30℃	本体をできるだけ温かい場所に置く
15℃前後	約 25℃	
20℃前後	約 20℃	
25℃前後	約 10℃	
28～31℃	約 5℃	本体をできるだけ涼しい場所に置く。粉などの材料は冷やしておく
32℃以上	約 5℃	食パンレシピの材料を使って「メニュー番号 2 早焼きパン」で焼く



POINT 2 新鮮な材料を使う

- 賞味期限切れの小麦粉・米粉・ドライイースト・天然酵母パン種は使わない。



POINT 3 材料は正確にはかる

- 小麦粉・米粉は、はかり(重さ)で正確にはかる。

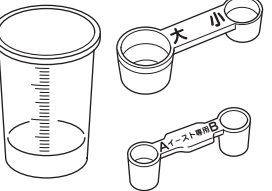
小麦粉・米粉は計量カップではからない！



1g単位まではかるもの！

- 水・液体をはかるときは必ず付属の計量カップを使う。

- 砂糖・塩・スキムミルク・ドライイースト・ベーキングパウダーをはかるときは、必ず付属の専用スプーンを使う。



POINT 4 室温が高いとき（25℃以上）のタイマー予約時に注意すること

- 本体をできるだけ涼しい場所に置く。
- タイマー予約の時間を短くする。
- ドライイーストを使うときは、材料の水を 10ml 減らす。
- 天然酵母を使うときは、冷水（約 5℃）を使う。（生種が発酵しすぎるのを抑えるため）
- 天然酵母を使うときは、生種の量を下表のように調節する。

室温	25～27℃		27～30℃		30～32℃	
セット時間	～ 10 時間	10～ 16 時間	～ 10 時間	10～ 16 時間	～ 10 時間	10～ 16 時間
生種の量	分量通り	18g (分量 ¾)	18g (分量 ¾)	12g (分量 ½)	12g (分量 ½)	

メニューの種類と調理時間

その他のレシピはエムケー精工 HP に掲載しています。
URL <https://www.mkseiko.co.jp/seikatu/plus/>



各メニューの種類と調理時間

♪ミックスコールについて

- レーズンなどくずれやすい材料の入れどきをお知らせします。(ピピピピッと 10 回なります)
- ミックスコールがなってから 1 分間だけ回転が遅くなるので、その間に材料を入れてください。1 分が過ぎてしまい回転が早くなったときは、材料がとび出さないように少しずつ入れてください。
- ミックスコールがあるメニューは『：』(コロン)が点滅します。ミックスコールがないメニューは『：』(コロン)が点灯します。

※ミックスコールの消し方
スタート後にスタートキーを押すと『：』(コロン)が点灯し、なくなります。
もう一度スタートキーを押すと『：』(コロン)が点滅に変わり、なるように設定されます。

焼き色と調理時間について

- うすめは 10 分焼き時間が短くなります。こいめは 10 分焼き時間が長くなります。

※ハーフ食パンと米粉パン(グルテン入り)は、うすめ-5 分、こいめ+5 分になります。米粉パン(グルテンなし)では、焼き色選択できません。

うすめ
-10分

焼き色
ふつつ

こいめ
+10分

一時停止について

- メニューによって調理工程中に一時停止キーを押すと一時停止することができます。
- 一時停止中は表示が点滅に変わり、もう一度押すと運転を再開することができます。
- 一時停止は 2 分後にブザーがなり、自動的に運転を再開します。(ピピピピピピッピーと 1 回なります)

時間追加について

- メニュー番号：20 ねり 21 発酵 22 焼き 23 低温長時間発酵 ではスタートしたあとでも、タイマーキー(⤴)を押して、時間を延ばすことができます。

メニュー番号・メニュー名		※焼き色ふつつのとき		調理工程	一時停止			
		調理時間	ミックスコールまでの時間 [ミックスコール時の残り時間]		焼き色 選択			
1 食パン	P.15	3 時間 50 分		♪ ミックス コール	○			
		1 時間 1 分 [2 : 49]	ねり 予備 発酵	ねり 一次発酵	ガス 抜き	ガス 抜き	二次 発酵	成形発酵
2 早焼きパン (食パン)	P.17	2 時間 30 分		♪ ミックス コール	○			
		15 分 [2 : 15]	ねり 一次発酵	二次 発酵	ガス 抜き	ガス 抜き	成形発酵	焼き上げ
3 ハーフ食パン	P.17	3 時間 40 分		♪ ミックス コール	○			
		59 分 [2 : 41]	ねり 予備 発酵	ねり 一次発酵	ガス 抜き	ガス 抜き	二次 発酵	成形発酵
4 塩糰パン	P.19	3 時間 40 分		♪ ミックス コール	○			
		54 分 [2 : 46]	ねり 予備 発酵	ねり 一次発酵	ガス 抜き	ガス 抜き	二次 発酵	成形発酵
5 ごはんのパン	P.20	4 時間 10 分		♪ ミックス コール	○			
		1 時間 9 分 [3 : 01]	ねり 予備 発酵	ねり 一次発酵	ガス 抜き	ガス 抜き	二次 発酵	成形発酵

メニュー番号・メニュー名		※焼き色ふつうのとき		調理時間		調理工程	一時停止
		ミックスコールまでの時間 [ミックスコール時の残り時間]					焼き色 選択
6 やわらかパン P.21		4 時間 30 分				♪ ミックス コール ねり 予備発酵 ねり 一次発酵 ガス 抜き 二次 発酵 ガス 抜き 成形発酵 焼き上げ	○
		1 時間 24 分 [3 : 06]					ふつう こいめ うすめ
7 フランスパン P.21		4 時間 50 分				♪ ミックス コール ねり 予備発酵 ねり 一次発酵 ガス 抜き 二次 発酵 ガス 抜き 成形発酵 焼き上げ	○
		1 時間 14 分 [3 : 36]					ふつう こいめ うすめ
8 全粒粉パン P.22		4 時間				♪ ミックス コール ねり 予備 発酵 ねり 一次発酵 ガス 抜き 二次 発酵 ガス 抜き 成形発酵 焼き上げ	○
		59 分 [3 : 01]					ふつう こいめ うすめ
9 スイートパン P.23		3 時間 50 分				♪ ミックス コール ねり 予備 発酵 ねり 一次発酵 ガス 抜き 二次 発酵 ガス 抜き 成形発酵 焼き上げ	○
		44 分 [3 : 06]					ふつう こいめ うすめ
10 米粉パン (グルテン入り) P.24		2 時間 20 分				♪ ミックス コール ねり 一次発酵 ガス 抜き 成形発酵 焼き上げ	○
		15 分 [2 : 05]					ふつう こいめ うすめ
11 米粉パン (グルテンなし) P.25		2 時間 20 分				♪ ミックス コール ねり 予備発酵 ねり 成形発酵 焼き上げ	○
		39 分 [1 : 41]					
12 ケーキ P.63		1 時間 50 分				ねり 焼き	
13 フレッシュバター P.65		30 分				かくはん	
14 ジャム P.68		1 時間 30 分				加熱・かくはん	
15 ヨーグルト P.69		高 8 時間			発酵		
		低 24 時間					
16 ほっくり焼き芋 P.70		1 時間 30 分～ 2 時間 30 分				焼き	
17 蜜甘焼き芋 P.71		2 時間 10 分～ 3 時間 10 分				焼き	

メニューの種類と調理時間

※焼き色ふつうのとき

メニュー番号・メニュー名	調理時間 ミックスコールまでの時間 [ミックスコール時の残り時間]	調理工程	一時停止 時間追加
18 ねり+発酵 P.26	40分～1時間40分 14分 [調理時間で変わります]	ミックスコール ねり 一次発酵	
19 発酵+焼き P.41	1時間5分～ 2時間25分	発酵 焼き	
20 ねり (低速・中速・高速) P.57	3分～20分	ねり	○
21 発酵 (低温・中温・高温) P.58	5分～5時間	発酵	○
22 焼き (低温・中温・高温) P.58	5分～1時間40分	焼き	○
23 低温長時間発酵 (低温・中温・高温) P.62	1時間～24時間	発酵	○

ホシノ天然酵母メニュー

※焼き色ふつうのとき

メニュー番号・メニュー名	調理時間 ミックスコールまでの時間 [ミックスコール時の残り時間]	調理工程	一時停止 焼き色 選択
■ 生種おこし P.45	24時間	発酵	
■ 天然酵母食パン P.47	7時間10分 3時間9分 [4:01]	ミックスコール ねり 予備発酵 ねり 一次発酵 二次発酵 成形発酵 焼き上げ	○ ふつう こいめ うすめ
■ 天然酵母早焼きパン P.49	4時間50分 1時間24分 [3:26]	ミックスコール ねり 予備発酵 ねり 一次発酵 二次発酵 成形発酵 焼き上げ	○ ふつう こいめ うすめ
■ 天然酵母ねり+発酵 P.51	40分～6時間20分 14分 [調理時間で変わります]	ミックスコール ねり 一次発酵	

タイマー予約の使用方法

1 メニュー・焼き色を設定する
(P.15～P.16の1～5をご覧ください。)

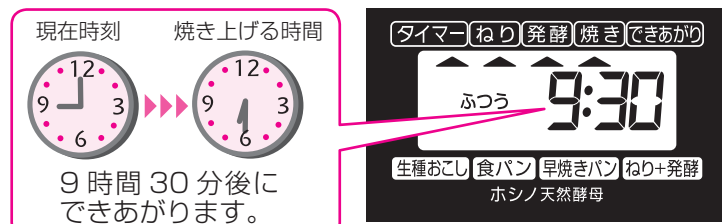
2 「タイマーキー」で焼き上がりまでの時間を設定する



- ▲ ▷ 10分単位で進む
- ▼ ▷ 10分単位で戻る

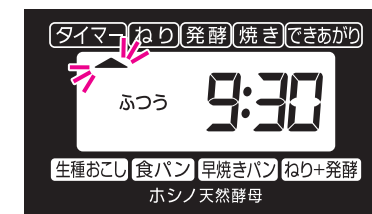
現在時刻が午後9時▶翌朝6時30分に焼き上げるとき

- 現在時刻から翌朝6時30分までは9時間30分あります。タイマー予約は9:30にセットします。



3 「スタートキー」を押す
(予約完了)

- 「▲」表示が点滅します。



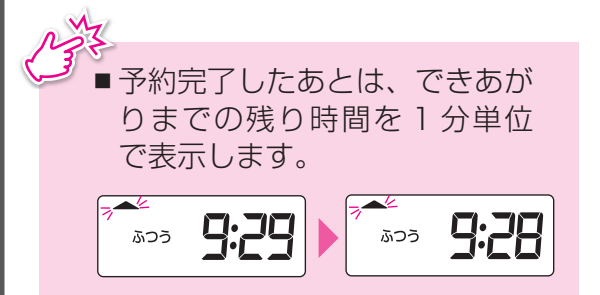
タイマー予約できる時間のめやす
(焼き色：ふつう)

メニュー名	最短	最長
食パン	4時間	16時間
早焼きパン	2時間40分	
ハーフ食パン	3時間50分	
やわらかパン	4時間40分	
フランスパン	5時間	
全粒粉パン	4時間10分	
米粉パン (グルテン入り)	2時間30分	
天然酵母食パン	7時間20分	

- うすめは10分焼き時間が短くなります。こいめは10分焼き時間が長くなります。
- ハーフ食パンと米粉パン（グルテン入り）はうすめ-5分、こいめ+5分になります。



- 上記以外のメニューではタイマー予約できません。
- レーズン・野菜・卵・牛乳・バター・ミルクなどを入れるときは、タイマー予約を使わないでください。(P.73をご覧ください。)



ドライイースト 焼き上げまでの使用方法

本体と材料の準備

基本の食パンをつくってみます

食パン

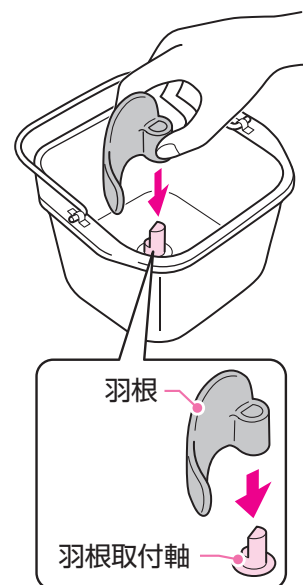
材 料	213kcal	
水	190ml	
強力粉	280g	
砂糖	20g	大 2½
塩	4g	小 1
バター	20g	
スキムミルク	6g	大 1
ドライイースト	2.4g	A1

- 材料は正確にはかってください。
- 1斤の ⅓ 切あたりのカロリーを表示しています。
- バターのかわりに同じ分量のマーガリンを使うことができます。

ドライイーストの入れ方について

- ドライイーストは水にふれないように入れてください。ドライイーストが水にふれると発酵過多などの原因になります。

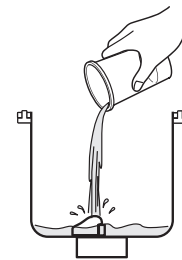
1 本体からパンケースを取り出し、羽根をセットする



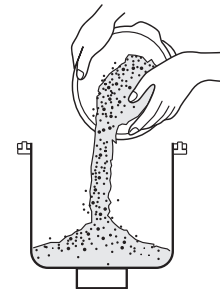
- 羽根取付軸と羽根の穴の形を合わせ、奥まで確実に差し込みます。

※羽根が浮いているとパンができません。

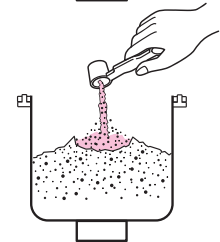
2 パンケースに材料を入れる



① 水を入れます。

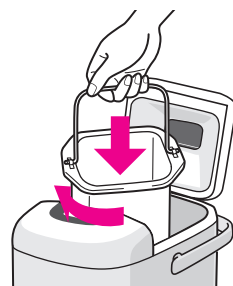


② ドライイースト以外の材料を入れます。

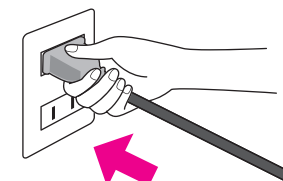


③ 材料の中央に小さくぼみをあけ、ドライイーストを水にふれないように入れます。

3 パンケースを本体に入れて本体のふたをする



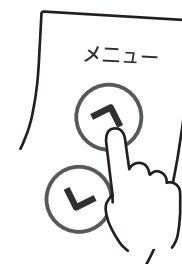
4 電源プラグをコンセントに差し込む



スタート

5 メニューを設定する

「食パン・焼き色：ふつう」を設定するとき

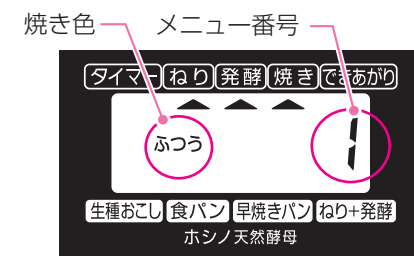


①メニュー番号：1 を選ぶ



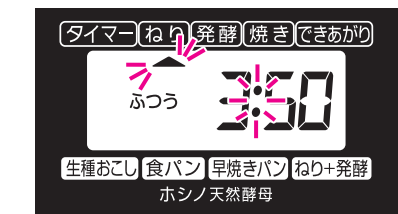
②焼き色を「ふつう」に設定する

- ふつう▶こいめ▶うすめ…の順で選択できます。



6 「スタートキー」を押す

- ねりの「▲」表示が点滅し、ねりが始まります。



※表示はできあがりまでの残り時間です。
ミックスコイルあり『:』点滅
ミックスコイルなし『:』点灯

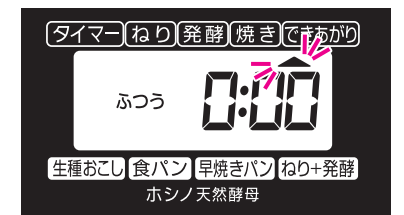
※使いはじめは煙やにおいが出ることがありますが、次第に出なくなります。

できあがり

7 ブザーがなったら「取消キー」を押し、パンケースをすぐ取り出す



- できあがりの「▲」表示が点滅します。

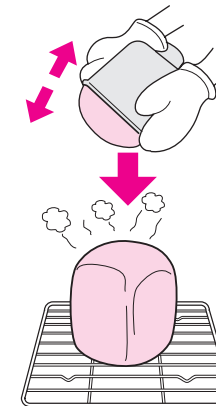


- ミトンを使って、パンケースのふちにある矢じるし（ゆるむ）の方向に回して取り出します。

⚠ 注意

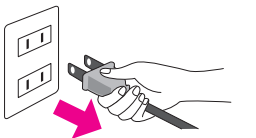
- パンを取り出すときは必ずミトンなどを使う。やけどの原因になることがあります。特にお子様にはご注意ください。

8 パンを取り出す



- ① パンケースを逆さに持ち上下に数回強くふり、パンを取り出します。
- ② しばらく網の上などにのせ、冷めます。

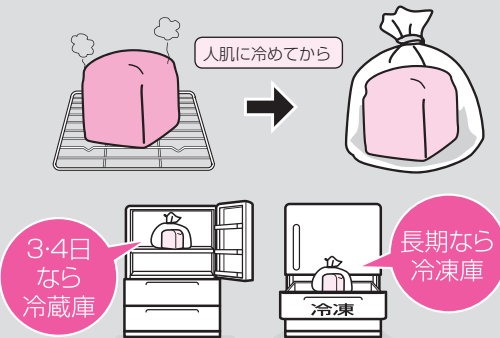
9 電源プラグを抜く



ドライースト 山形パンメニュー

焼き上がったパンの保存について

- すぐに取り出し、蒸気を逃してください。
- 人肌程度に冷めたらラップで包むか、ビニール袋に入れて乾燥を防いでください。
- パンを切るときは、人肌に冷めてからパン切りナイフを使って切ってください。
- 3～4日程度ならラップで包むか、ビニール袋に入れて冷蔵庫で保存してください。
- 長期保存のときは同じようにして冷凍庫で保存してください。



レシピの見かた ■ 材料は正確にはかってください。

タイマーOK! タイマー予約ができます。
★ ミックスコールで入れる材料。

カロリー表示
1斤の 1/2 切あたりのカロリー
を表示しています。

■ バターのかわりに同じ分量
のマーガリンを使うことが
できます。

食パン・早焼きパン・ハーフ食パンレシピ

メニュー番号
1・2・3

- 食パンと早焼きパンではドライーストの分量がちがいます。
- 早焼きパンではハーフ食パンはできません。

食パン（基本のレシピ）

タイマーOK!

材 料	213kcal	1 斤	ハーフ
水		190ml	100ml
強力粉		280g	150g
砂糖		20g 大 2 1/2	10g 大 1 1/4
塩		4g 小 1	2g 小 1/2
バター		20g	10g
スキムミルク		6g 大 1	3g 大 1/2
ドライースト		2.4g A1	2.1g B1
早焼きパンの場合 ドライースト		3.6g A1 1/2	

カレー粉パン

タイマーOK!

材 料	213kcal	1 斤	ハーフ
水		190ml	100ml
強力粉		280g	150g
砂糖		20g 大 2 1/2	10g 大 1 1/4
塩		4g 小 1	2g 小 1/2
バター		20g	10g
スキムミルク		6g 大 1	3g 大 1/2
カレー粉		9g 大 1 1/2	3g 大 1/2
ドライースト		2.4g A1	2.1g B1
早焼きパンの場合 ドライースト		3.6g A1 1/2	

にんじんパン

材 料	216kcal	1 斤	ハーフ
水		150ml	80ml
強力粉		280g	150g
砂糖		20g 大 2 1/2	10g 大 1 1/4
塩		4g 小 1	2g 小 1/2
バター		20g	10g
スキムミルク		6g 大 1	3g 大 1/2
すりおろしたにんじん(軽く水気を切る)		50g	25g
ドライースト		2.4g A1	2.1g B1
早焼きパンの場合 ドライースト		3.6g A1 1/2	

レーズンパン

材 料	239kcal	1 斤	ハーフ
水		190ml	100ml
強力粉		280g	150g
砂糖		20g 大 2 1/2	10g 大 1 1/4
塩		4g 小 1	2g 小 1/2
バター		20g	10g
スキムミルク		6g 大 1	3g 大 1/2
★レーズン		50g	25g
ドライースト		2.4g A1	2.1g B1
早焼きパンの場合 ドライースト		3.6g A1 1/2	

オレンジパン

材 料	234kcal	1 斤	ハーフ
水		190ml	100ml
強力粉		280g	150g
砂糖		16g 大 2	8g 大 1
塩		4g 小 1	2g 小 1/2
バター		20g	10g
スキムミルク		6g 大 1	3g 大 1/2
オレンジピール(細かくきざむ)		50g	25g
ドライースト		2.4g A1	2.1g B1
早焼きパンの場合 ドライースト		3.6g A1 1/2	

かぼちゃパン

材 料	216kcal	1 斤	ハーフ
水		160ml	80ml
強力粉		280g	150g
砂糖		20g 大 2 1/2	10g 大 1 1/4
塩		4g 小 1	2g 小 1/2
バター		20g	10g
スキムミルク		6g 大 1	3g 大 1/2
ゆでたかぼちゃ(つぶす)		50g	25g
ドライースト		2.4g A1	2.1g B1
早焼きパンの場合 ドライースト		3.6g A1 1/2	

コーヒージャワパン

材 料	263kcal	1 斤	ハーフ
水		190ml	100ml
強力粉		280g	150g
砂糖		20g 大 2 1/2	10g 大 1 1/4
塩		4g 小 1	2g 小 1/2
バター		15g	8g
スキムミルク		6g 大 1	3g 大 1/2
インスタントコーヒー		3g 大 1	1.5g 大 1/2
★くるみ(5mm角にきざむ)		50g	25g
ドライースト		2.4g A1	2.1g B1
早焼きパンの場合 ドライースト		3.6g A1 1/2	

コーンパン

材 料	216kcal	1 斤	ハーフ
水		160ml	80ml
強力粉		280g	150g
砂糖		12g 大 1 1/2	6g 大 3/4
塩		4g 小 1	2g 小 1/2
バター		20g	10g
スキムミルク		6g 大 1	3g 大 1/2
水きりした缶詰めコーン(つぶ状)		50g	25g
ドライースト		2.4g A1	2.1g B1
早焼きパンの場合 ドライースト		3.6g A1 1/2	

野菜パン

材 料	222kcal	1 斤	ハーフ
水		50ml	20ml
野菜ジュース		100ml	60ml
強力粉		280g	150g
砂糖		12g 大 1 1/2	8g 大 1
塩		4g 小 1	2g 小 1/2
バター		20g	10g
スキムミルク		6g 大 1	3g 大 1/2
冷凍ミックスベジタブル(解凍し水を切る)		60g	30g
ドライースト		2.4g A1	2.1g B1
早焼きパンの場合 ドライースト		3.6g A1 1/2	

ほうれんそう&ベーコンパン

材 料	227kcal	1 斤	ハーフ
水		160ml	80ml
強力粉		280g	150g
砂糖		16g 大 2	8g 大 1
塩		4g 小 1	2g 小 1/2
バター		20g	10g
スキムミルク		6g 大 1	3g 大 1/2
ゆでたほうれんそう(細かくきざむ)		40g	20g
ベーコン		20g	10g
粗びきこしょう		1g 小 1/2	0.5g 小 1/4
ドライースト		2.4g A1	2.1g B1
早焼きパンの場合 ドライースト		3.6g A1 1/2	

ドライースト 山形パンメニュー

食パン・早焼きパン・ハーフ食パンレシピ

メニュー番号
1・2・3

- 食パンと早焼きパンではドライーストの分量がちがいます。
- 早焼きパンではハーフ食パンはできません。

ミルクリッチパン

材 料	229kcal	1 斤	ハーフ
水		70ml	30ml
牛乳（水と同じ温度にする）		110ml	60ml
強力粉		280g	150g
塩		4g 小 1	2g 小 ½
バター		20g	10g
加糖練乳		40g	20g
ドライースト		2.4g A1	2.1g B1
早焼きパンの場合 ドライースト		3.6g A1½	

ヨーグルトパン

材 料	216kcal	1 斤	ハーフ
水		140ml	70ml
プレーンヨーグルト（水と同じ温度にする）		60g	35g
強力粉		280g	150g
はちみつ		20g	10g
塩		4g 小 1	2g 小 ½
バター		20g	10g
スキムミルク		6g 大 1	3g 大 ½
ドライースト		2.4g A1	2.1g B1
早焼きパンの場合 ドライースト		3.6g A1½	

塩糰パン

メニュー番号：4

- 塩糰はマルコメ株式会社「生塩糰」をおすすめします。その他の塩糰を使うときは塩分が 10～13%の塩糰をお選びください。
- 塩糰を使うとパンがふっくらふくらみ、軽い食感になります。

※塩糰パンは予約
できません。

タイマー
OK!

塩糰パン（基本のレシピ）

材 料	197kcal	1 斤
水		170ml
塩糰		15g
強力粉		260g
砂糖		16g 大 2
塩		2g 小 ½
バター		15g
スキムミルク		6g 大 1
ドライースト		2.4g A1

黒糖くるみパン

材 料	252kcal	1 斤
水		170ml
塩糰		15g
強力粉		260g
黒糖（水に加えて溶かす）		16g 大 2
塩		2g 小 ½
バター		15g
スキムミルク		6g 大 1
ドライースト		2.4g A1
★くるみ（5mm 角にきざむ）		50g

ウィンナーパン

材 料	223kcal	1 斤
水		170ml
塩糰		15g
強力粉		260g
砂糖		16g 大 2
塩		2g 小 ½
バター		15g
スキムミルク		6g 大 1
ドライースト		2.4g A1
★ウィンナー（5mm 幅に切る）※		50g
★黒こしょう※		1g 小 ½

※炒めてさましておく。

抹茶ホワイトチョコパン

材 料	233kcal	1 斤
水		175ml
塩糰		15g
強力粉		260g
抹茶		6g 大 1
砂糖		12g 大 1½
塩		2g 小 ½
バター		15g
スキムミルク		6g 大 1
ドライースト		2.4g A1
★ホワイトチョコチップ		40g

ごはんのパンレシピ

メニュー番号：5

- ごはんは炊飯後、冷ましてからお使いください。冷凍、冷蔵したごはんは温め直してから室温まで冷ましてください。
- ごはんの水を加えた温度が、室温に適した温度であるか確認してください。（P.10 参照）夏場など室温が高いときは、パンケースごと冷蔵庫で冷やしてください。

※ごはんのパンは
予約できません。

タイマー
OK!

ごはんのパン（基本のレシピ）

材 料	220kcal	1 斤	2 斤
ごはん		100g	200g
水		140ml	90ml
強力粉		250g	200g
砂糖		20g 大 2½	20g 大 2½
塩		4g 小 1	4g 小 1
バター		20g	20g
スキムミルク		6g 大 1	6g 大 1
ドライースト		2.4g A1	2.4g A1

ごはん分量表 ※ごはんの量により、表のように分量を変えてください。

ごはん g	水 ml	強力粉 g
120	130	240
140	120	230
160	110	220
180	100	210

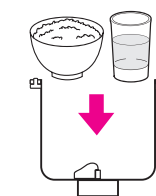
※他の材料は基本のレシピと同じです。
※ごはんは 200g を超えて入れないでください。

カロリー表示

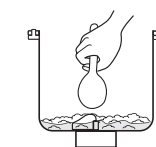
1 斤（ごはん：100g）の ½ 切あたりのカロリーを表示しています。

材料・本体の準備

- 1 本体からパンケースを取り出し羽根をセットする。
- 2 パンケースに材料を入れる。



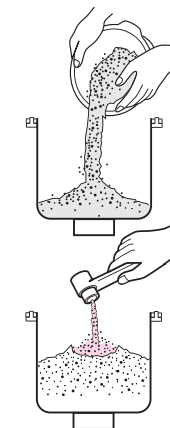
① ごはんと水をパンケースに入れます。



② しゃもじなどでごはんをよくほぐします。



- 30 分～1 時間水に浸しておくと、ごはん粒がつぶれやすくなり、粒残りの少ないできあがりになります。
- 金属スプーン、フォークはパンケースを傷めるので使わないでください。



③ ドライースト以外の材料を入れます。

④ 材料の中央に小さなくぼみをあけ、ドライーストを水にふれないように入れます。

3 パンケースを本体に入れて本体のふたをする。

4 電源プラグをコンセントに差し込む。

5 メニューを設定する。



1 メニュー番号：5 を選ぶ

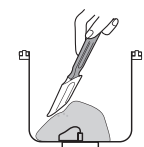
2 焼き色を「ふつう」に設定する

■ふつう▶こいめ▶うすめ…の順で選択できます。

6 スタートキーを押す。



① スタートから 3 分後「お知らせブザー」がなったら、ふたを開けて粉落しをします。



② ゴムへらで材料を中央に寄せ、パンケース側面に残った粉を落とし、ふたをします。

■お知らせブザーから 5 分後に再スタートのブザーがなり、ねりがはじまります。5 分以内におこなってください。



■ごはんの量によって粉っぽさが残りますが、水は加えないでください。

7～9 までは『焼き上げまでの使用方法』（P.15～P.16）と同じです。

ドライイースト 山形パンメニュー

基本のレシピに追加して・・・

レーズン ごはんのパン

246kcal

★レーズン

50g

くるみ ごはんのパン

276kcal

★くるみ

50g

甘納豆 ごはんのパン

265kcal

★甘納豆

50g

ごま ごはんのパン

234kcal

いりごま

14g

大 2

※甘納豆はやわらかいため、粒のまま残りません。

※いりごまははじめから加えます。

混ぜるごはんをかえて・・・

玄米ごはんのパン

材 料

220kcal

玄米ごはん	100g		200g	
水	150ml		100ml	
強力粉	250g		200g	
砂糖	20g	大 2½	20g	大 2½
塩	4g	小 1	4g	小 1
バター	20g		20g	
スキムミルク	6g	大 1	6g	大 1
ドライイースト	2.4g	A1	2.4g	A1
早焼きパンの場合 ドライイースト	3.6g	A1½	3.6g	A1½

雑穀ごはんのパン

材 料

222kcal

雑穀ごはん	100g		200g	
水	140ml		90ml	
強力粉	250g		200g	
砂糖	20g	大 2½	20g	大 2½
塩	4g	小 1	4g	小 1
バター	20g		20g	
スキムミルク	6g	大 1	6g	大 1
ドライイースト	2.4g	A1	2.4g	A1
早焼きパンの場合 ドライイースト	3.6g	A1½	3.6g	A1½

※玄米は炊飯後冷ましてお使いください。やわらかく炊けた玄米を使うときは水を 10ml 減らしてください。

※雑穀ごはんは白米 2 ～ 3 合に市販の雑穀ミックスを 25 ～ 30g 加えて炊飯します。

やわらかパンレシピ メニュー番号：6

やわらかパン (基本のレシピ)

タイマー OK!

材 料

219kcal

水	180ml	
強力粉	280g	
砂糖	16g	大 2
塩	4g	小 1
バター	30g	
ドライイースト	2.1g	B1

フルーツミックスパン

材 料

239kcal

水	180ml	
強力粉	280g	
砂糖	16g	大 2
塩	4g	小 1
バター	25g	
★ミックスドライフルーツ(5mm 角に切る)	50g	
ドライイースト	2.1g	B1

フランスパンレシピ メニュー番号：7

フランスパン (基本のレシピ)

タイマー OK!

材 料

181kcal

水	200ml	
強力粉	280g	
砂糖	4g	大 ½
塩	4g	小 1
バター	5g	
ドライイースト	2.1g	B1

ライ麦パン

タイマー OK!

材 料

180kcal

水	200ml	
強力粉	260g	
ライ麦粉	20g	
砂糖	4g	大 ½
塩	4g	小 1
バター	5g	
ドライイースト	2.1g	B1

ごまパン

タイマー OK!

材 料

195kcal

水	200ml	
強力粉	280g	
砂糖	4g	大 ½
塩	4g	小 1
バター	5g	
いりごま	14g	大 2
ドライイースト	2.1g	B1

ビールパン

材 料

194kcal

一度沸騰させたビール (冷ます)	200ml	
強力粉	180g	
薄力粉	100g	
砂糖	4g	大 ½
塩	4g	小 1
バター	5g	
ドライイースト	2.1g	B1

ふすまパン

タイマー OK!

材 料

184kcal

水	200ml	
強力粉	280g	
砂糖	4g	大 ½
塩	4g	小 1
バター	5g	
ふすま	10g	大 2
ドライイースト	2.1g	B1

※ふすまは健康食品を扱っているお店などで購入することができます。

(ふすまは、小麦の種皮の部分をはいたものです。食物繊維)が豊富に含まれています。

胚芽パン

タイマー OK!

材 料

185kcal

水	200ml	
強力粉	280g	
砂糖	4g	大 ½
塩	4g	小 1
バター	5g	
小麦胚芽 (炒る) ※	10g	大 2
ドライイースト	2.1g	B1

※炒らないで使うとパンがつぶれます。

※小麦胚芽は必ず炒ります。

※小麦胚芽は健康食品を扱っているお店などで購入することができます。

全粒粉パンレシピ メニュー番号：8

- ★全粒粉は粉状タイプをお使いください。日清フーズ株式会社「全粒粉パン用」をおすすめします。粗挽きの全粒粉を使うときは水を 20ml 減らしてください。
- 他のパンと比べて重く小さめのパンになります。
- 砂糖のかわりに同じ分量の黒糖 (粉状) または三温糖を使うことができます。

全粒粉パン (基本のレシピ)

タイマー OK!

材 料

202kcal

水	190ml	
全粒粉 (パン用)	140g	
強力粉	140g	
砂糖	20g	大 2½
塩	4g	小 1
バター	20g	
ドライイースト	2.4g	A1

レーズン全粒粉パン

材 料

234kcal

水	190ml	
全粒粉 (パン用)	140g	
強力粉	140g	
砂糖	20g	大 2½
塩	4g	小 1
バター	20g	
★レーズン	50g	
ドライイースト	2.4g	A1

全粒粉パンレシピ メニュー番号：8

ハニー全粒粉パン

タイマーOK!

材 料	204kcal		
水	180ml		
全粒粉（パン用）	140g		
強力粉	140g		
はちみつ	30g		
塩	4g	小 1	
バター	20g		
ドライイースト	2.4g	A1	

30%全粒粉パン

タイマーOK!

材 料	211kcal		
水	190ml		
全粒粉（パン用）	80g		
強力粉	200g		
砂糖	20g	大 2½	
塩	4g	小 1	
バター	20g		
ドライイースト	2.4g	A1	

スイートパンレシピ メニュー番号：9

スイートパン（基本のレシピ）

材 料	231kcal		
水	110ml		
卵（M サイズ）	50g	1 個	
強力粉	230g		
薄力粉	20g		
砂糖	36g	大 4 ½	
塩	4g	小 1	
バター	30g		
スキムミルク	6g	大 1	
ドライイースト	2.4g	A1	

紅茶パン

材 料	231kcal		
紅茶（こいめに入れて冷ます）	110ml		
卵（M サイズ）	50g	1 個	
強力粉	230g		
薄力粉	20g		
砂糖	36g	大 4 ½	
塩	4g	小 1	
バター	30g		
スキムミルク	6g	大 1	
紅茶の葉（細かいもの）	1.5g	小 1	
ドライイースト	2.4g	A1	

バナナパン

材 料	237kcal		
水	50ml		
卵（M サイズ）	50g	1 個	
強力粉	230g		
薄力粉	20g		
砂糖	24g	大 3	
塩	4g	小 1	
バター	30g		
スキムミルク	6g	大 1	
バナナ（つぶす）	90g		
シナモン	1g	小 1	
ドライイースト	2.4g	A1	

ココアパン

材 料	253kcal		
水	130ml		
卵（M サイズ）	50g	1 個	
強力粉	230g		
薄力粉	20g		
ココア（無糖）	12g	大 2	
砂糖	24g	大 3	
塩	4g	小 1	
バター	20g		
スキムミルク	6g	大 1	
★チョコレートチップ	40g		
ドライイースト	2.4g	A1	

米粉パン（グルテン入り）レシピ メニュー番号：10

■小麦粉を使ったパンづくりとパンケースへの材料の入れ方がちがいます。

米粉パン（グルテン入り）
（基本のレシピ）

タイマーOK!

材 料	199kcal		
水	200ml		
福盛シトギミックス 20A	260g		
砂糖	16g	大 2	
塩	4g	小 1	
バター	20g		
スキムミルク	6g	大 1	
ドライイースト	3.6g	A1 ½	

米粉パン（グルテン入り ミックス粉）
（基本のレシピ）

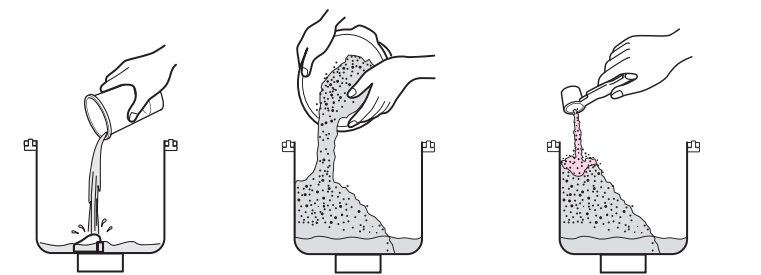
タイマーOK!

材 料	193kcal		
水	200ml		
こめの香			
米粉パン用ミックス粉（グルテン入り）	300g		
ドライイースト	3.6g	A1 ½	

■「こめの香米粉パン用ミックス粉（グルテン入り）」にはドライイーストが付属されています。多めに入っていますので必ず付属のイースト専用スプーンではかり直してください。

材料・本体の準備

- 本体からパンケースを取り出し羽根をセットする。
- パンケースに材料を入れる。
■米粉パン（グルテン入り）をつくるときは下記のように材料を入れてください。



- ① 水を入れます。② ドライイースト以外の材料を片側によせて入れます。③ 材料の中央に小さなくぼみをあけ、ドライイーストを水にふれないように入れます。

3～9 までは『焼き上げまでの使用方法』（P.15～P.16）と同じです。

基本のレシピに追加して・・・

ココアナッツ米粉パン（グルテン入り）

ココア（無糖）	12g	大 2
★マカデミアナッツ（5mm 角にきざむ）	50g	

ココアははじめから加えます。

抹茶甘納豆米粉パン（グルテン入り）

抹茶	6g	大 1
★甘納豆	50g	

抹茶ははじめから加えます。

くるみ米粉パン（グルテン入り）

★くるみ（5mm 角にきざむ）	50g	
-----------------	-----	--

くるみのかわりにレーズンを使うこともできます。

ごま米粉パン（グルテン入り）

タイマーOK!

いりごま	14g	大 2
------	-----	-----

いりごまははじめから加えます。



ドライイースト 米粉パンメニュー

使う米粉については
P.8 をご覧ください

ドライイースト ねり+発酵（生地づくり）の使用方法

米粉パン（グルテンなし）レシピ

メニュー番号：11

米粉パン（グルテンなし）基本のレシピ

材 料	225kcal	
米粉のり		
水	200ml	
A 福盛シトギ 2号	30g	
水	100ml	
福盛シトギ 2号	270g	
水あめ	30g	
砂糖	12g	大 1½
塩	4g	小 1
オリーブ油	10g	
ドライイースト	3.6g	A 1½

- スキムミルク、バターなどの乳製品、バターショートニングなどのペースト状の油脂は、つぶれる原因になるので入れないでください。
- オリーブ油は他の液体の油にかえることができます。できあがりの風味がかわります。

基本のレシピに追加して・・・

くるみ米粉パン（グルテンなし）

★くるみ (5mm 角にきざむ)	50g
くるみのかわりにレーズンを使うこともできます。	

ごま米粉パン（グルテンなし）

いりごま	14g	大 2
いりごまははじめから加えます。		



天面は平らで
白くなります。

米粉パン（グルテンなし ミックス粉）基本のレシピ

材 料	244kcal	
水	300ml	
こめの香		
米粉パン用ミックス粉（グルテンフリー）	300g	
砂糖	16g	大 2
塩	4g	小 1
ショートニング	30g	
ドライイースト	3.6g	A 1½

- 必ずショートニングをお使いください。他の液体の油はつぶれる原因になります。
- スキムミルク、バターなどの乳製品は、つぶれる原因になるので入れないでください。

基本のレシピに追加して・・・

くるみ米粉パン（グルテンなし ミックス粉）

くるみ (5mm 角にきざむ)	50g
くるみははじめから加えます。	

ごま米粉パン（グルテンなし ミックス粉）

いりごま	14g	大 2
いりごまははじめから加えます。		



天面は平らで
白くなります。

材料・本体の準備

【材料を準備する】

■ 米粉のりをつくる

- ① 鍋に **A** を入れ火にかける。
- ② のり状になるまで中火で鍋底をこするようにかき混ぜる。（約 2 分）

【できあがりのめやす】

色：白色から半透明にかわるまで

硬さ：木べらから生地を落としたとき、逆三角形になる程度

- ③ 冷ます。

■ 材料を混ぜ合わせる

- ① ボウルに材料と米粉のりを入れ、粉っぽさがなくなるくらいまで混ぜる。



- 1 本体からパンケースを取り出し羽根をセットする。

- 2 混ぜた材料をパンケースに入れる。

- 3～9 までは『焼き上げまでの使用方法』（P.15～P.16）と同じです。

- フランスパンやバターロールなど、手づくりパンをつくるときに生地づくりとして使います。

ねり	20 分（固定）
発酵	20 分～ 1 時間 20 分（初期設定 20 分）

※「ねり+発酵」（生地づくり）は、**タイマー予約できません。**

本体の準備

- 1 本体からパンケースを取り出し羽根をセットする。
- 2 パンケースに材料を入れる。
- 3 パンケースを本体に入れて本体のふたをする。
- 4 電源プラグをコンセントに差し込む。

設定

「発酵時間：1 時間」に設定するとき

1 メニューを設定する



- メニュー番号：18 を選びます。



スタート

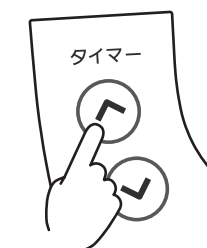
3 「スタートキー」を押す

- ねりの「▲」表示が点滅し、ねりが始まります。



※表示はできあがりまでの残り時間です。
ミックスコールドあり『：』点滅

2 発酵時間を設定する



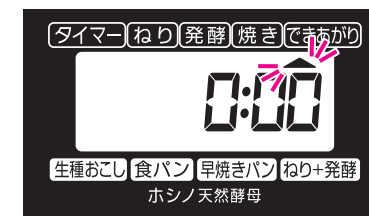
- ▲ ▷ 5 分単位で進む
- ▼ ▷ 5 分単位で戻る

- タイマーキーで 1 時間に設定します。



4 ブザーがなったら「取消キー」を押し、パンケースを取り出す

- できあがりの「▲」表示が点滅します。



- 生地は取り出さないまま放置すると、発酵しすぎてパンがうまくできない場合があります。

5 電源プラグを抜く

ドライイースト
ねり+発酵(生地づくり)メニュー

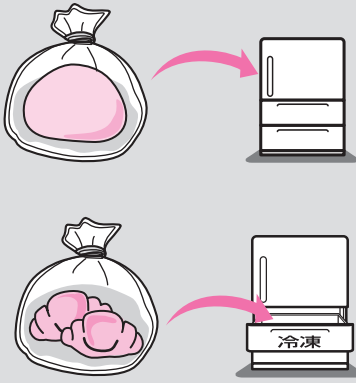
生地の保存について

冷蔵保存の方法(12時間まで)

■できあがった後、すぐに生地を軽く丸め直し2重のポリ袋に入れ、口をしっかりとしばって冷蔵庫に入れてください。
使うときは手のひらで軽くつぶし、丸め直してから使います。

冷凍保存の方法(1ヵ月くらいまで)

■成形をした後、短め(20~30分)に発酵させてからバットに並べ、ラップをして冷凍します。凍ったものはビニール袋にまとめて保存できます。
焼くときは自然解凍または30~35℃で解凍してから、170~200℃に予熱したオーブンで焼いてください。



レシピの見かた

★ミックスコールで入れる材料。

■材料は正確にはかってください。

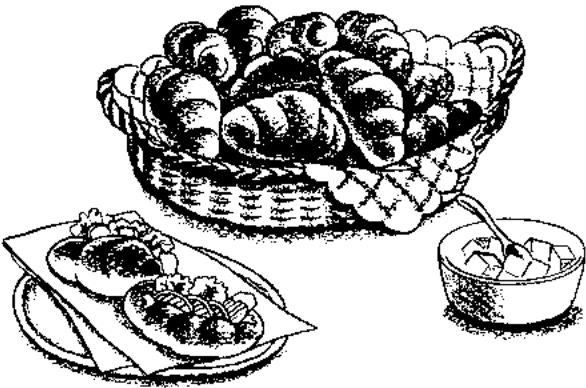
カロリー表示

1個あたりのカロリーを表示しています。

■バターのかわりに同じ分量のマーガリンを使うことができます。

バターロール

メニュー番号: 18
発酵時間: 45分

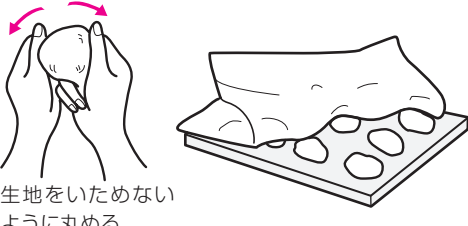


バターロール

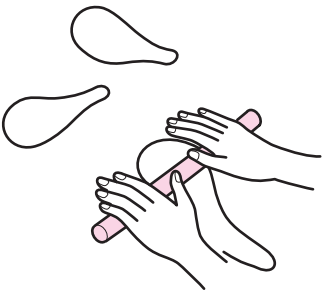
材 料	129kcal	12 個分
水		140ml
卵 (Mサイズ)		25g ½ 個
強力粉		280g
砂糖		28g 大 3½
塩		4g 小 1
バター		40g
スキムミルク		6g 大 1
ドライイースト		4.8g A2
とき卵		25g ½ 個

※打ち粉は強力粉をお使いください。

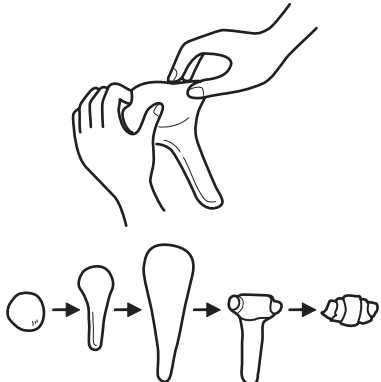
1 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取り出します。生地をスクッパーで12等分して軽く丸め、かたくしぼったぬれふきんをかけて約10分休ませます。



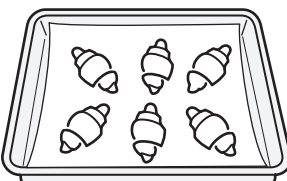
2 丸い生地をころがして円すい形にします。約5分休ませたあと、めん棒でうすくのぼしてしずく形にします。



3 幅の広い方から巻きます。

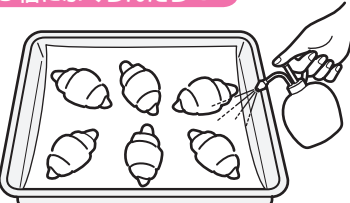


4 クッキングシートを敷いたオープン皿に、巻き終わりを下にして並べます。

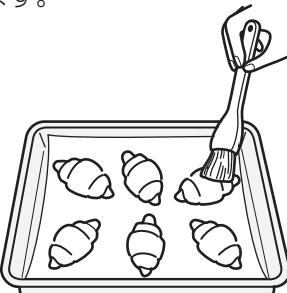


5 表面が乾かないように霧吹きをし、32~35℃に保ったオーブンで30~40分発酵させます。

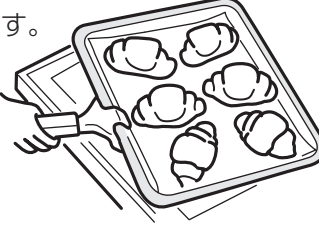
2~2.5倍にふくらんだらOK



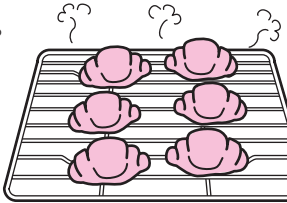
6 生地の表面にとき卵をぬります。



7 180~190℃に予熱したオーブンで10~15分焼きます。

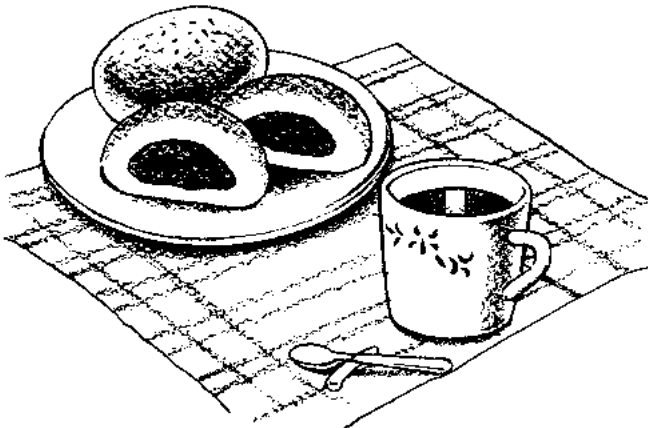


8 焼き上がったら網の上に置いて冷まします。



あんパン

メニュー番号: 18
発酵時間: 45分



あんパン

材 料	168kcal	12 個分
水		140ml
卵 (Mサイズ)		25g ½ 個
強力粉		280g
砂糖		28g 大 3½
塩		4g 小 1
バター		40g
スキムミルク		6g 大 1
ドライイースト		4.8g A2
あん		300g
けしの実		少々
とき卵		25g ½ 個

※打ち粉は強力粉をお使いください。

1 の手順はバターロールと同じですが生地は約20分休ませてください。

2 めん棒で丸くのぼし、あんを包みます。



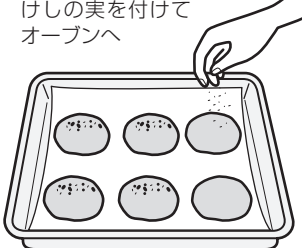
3 クッキングシートを敷いたオープン皿に、閉じ口を下にして並べます。

霧吹きをし、32~35℃に保ったオーブンで30~40分発酵させます。

2~2.5倍にふくらんだらOK



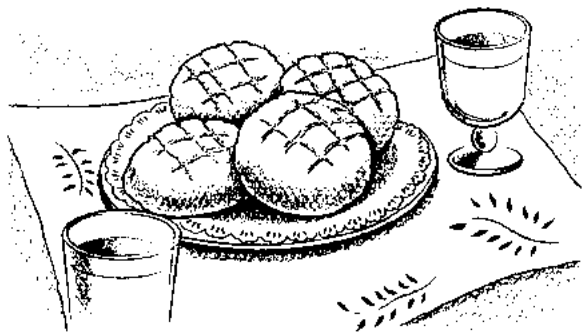
4 とき卵をぬり、けしの実を付け、180~190℃に予熱したオーブンで10~15分焼きます。



ドライイースト ねり+発酵(生地づくり)メニュー

メロンパン

メニュー番号：18
発酵時間：45分



メロンパンの皮のつくり方

- ①バターをクリーム状にねり、砂糖を少しずつ加えながらよく混ぜます。
- ②白っぽくなったら、卵・バニラエッセンスを加えてよく混ぜます。
- ③合わせてふるった薄力粉とベーキングパウダーを入れて混ぜます。ラップに包んで冷蔵庫で約20分休ませます。

メロンパン

材 料	302kcal	12 個分
水		140ml
卵 (M サイズ)		25g ½ 個
強力粉		280g
砂糖		28g 大 3½
塩		4g 小 1
バター		40g
スキムミルク		6g 大 1
ドライイースト		4.8g A2

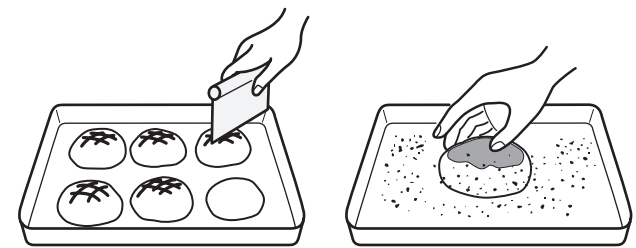
メロンパンの皮		
バター	100g	
砂糖	80g	
卵 (M サイズ)	50g	1 個
バニラエッセンス	少々	
薄力粉	230g	
ベーキングパウダー (合わせてふるう)	3.2g	小 1
グラニュー糖	適量	

※打ち粉は強力粉をお使いください。

- ① 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取り出します。生地をスクッパーで12等分して軽く丸め、かたくしぼったぬれふきんをかけて10～15分休ませます。
- ② メロンパンの皮を12等分して丸めます。ラップの上にのせ、手のひらで押し直径約12cmの大きさにのばします。
- ③ ①の生地を軽く手のひらでつぶして丸め直します。丸め直した生地を②の皮で底の部分を残して包みます。ラップごと手に持って包むときれいに包めます。



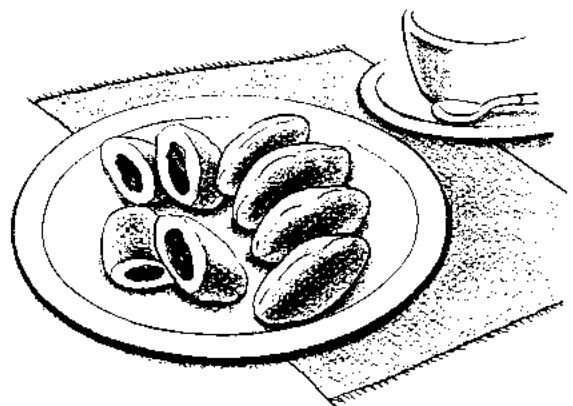
- ④ スクッパーでスジをつけ、グラニュー糖をまぶします。
- ⑤ クッキングシートを敷いたオーブン皿に④を並べます。



霧吹きをし、32～35℃に保ったオーブンで、30～40分発酵させます。180～190℃に予熱したオーブンで10～15分焼きます。

ピロシキ

メニュー番号：18
発酵時間：45分



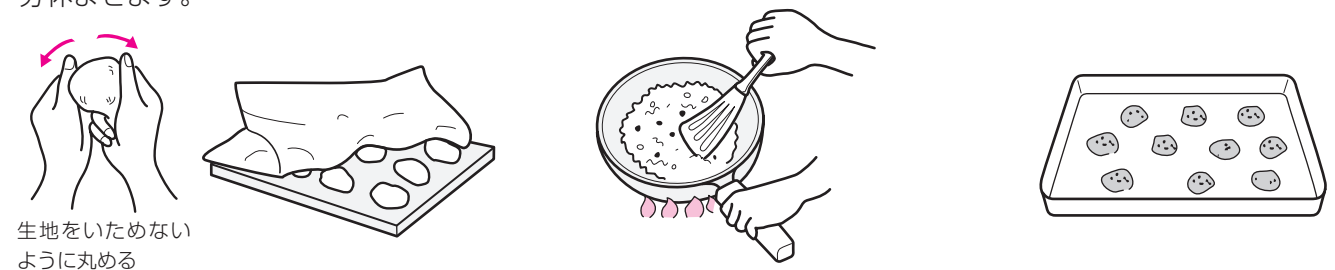
ピロシキ

材 料	294kcal	10 個分
水		180ml
強力粉		280g
砂糖		16g 大 2
塩		4g 小 1
バター		15g
スキムミルク		6g 大 1
ドライイースト		4.8g A2

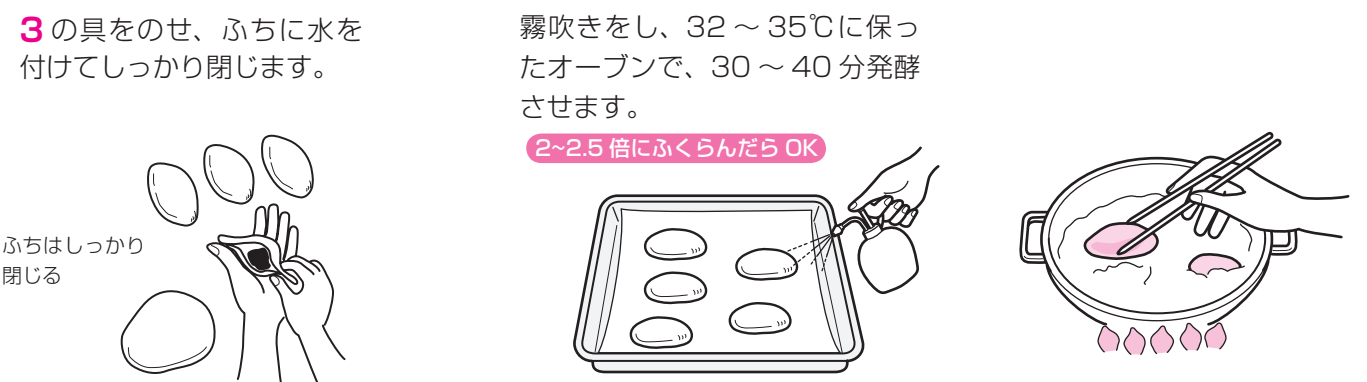
具		
ひき肉	100g	
玉ねぎ (みじん切り)	150g	小 1 個
ゆで卵 (みじん切り)	100g	2 個
春雨 (ゆでて短く切る)	30g	
グリーンピース	30g	
バター	25g	
塩・こしょう	適量	
揚げ油	適量	

※打ち粉は強力粉をお使いください。

- ① 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取り出します。生地をスクッパーで10等分して軽く丸め、かたくしぼったぬれふきんをかけて約15分休ませます。
- ② 玉ねぎをバターで炒め、ひき肉・ゆで卵を加えます。春雨・グリーンピースを加えてさらに炒め、塩・こしょうで味をととのえます。
- ③ 具は冷めたら、10等分して丸めておきます。



- ④ 生地をめん棒で、だ円形にのばします。
- ⑤ クッキングシートを敷いたオーブン皿に④を並べます。
- ⑥ 約170℃に熱した油でキツネ色になるまで揚げます。



2～2.5倍にふくらんだらOK

ふちはしっかり閉じる

ドライイースト ねり+発酵 (生地づくり) メニュー

胚芽パン

メニュー番号：18
発酵時間：45 分

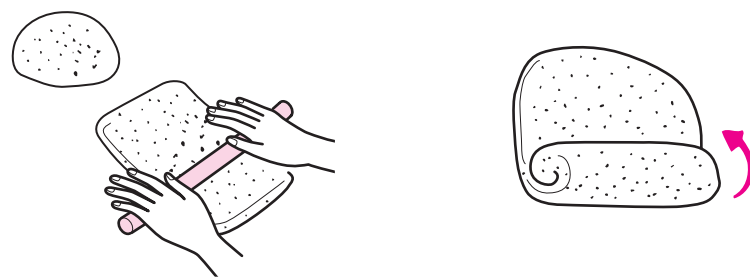
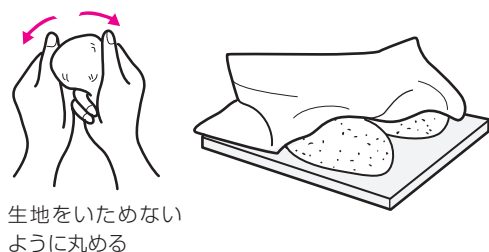


胚芽パン

材 料	578kcal	2 本分
水		170ml
強力粉		260g
小麦胚芽 (炒って冷ます)		20g
砂糖		8g 大 1
塩		4g 小 1
バター		12g
スキムミルク		6g 大 1
ドライイースト		4.8g A2

※打ち粉は強力粉をお使いください。

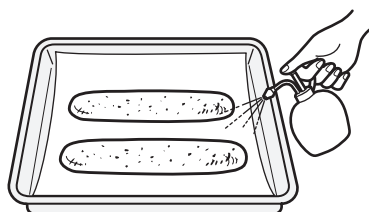
- 1 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取り出します。生地をスケッパーで2等分して軽く丸め、かたくしぼったぬれふきんをかけて約15分休ませます。
- 2 生地をめん棒で細長くのばします。
- 3 生地を縦長に置いて、手前から巻いていきます。巻き終わりをつまみます。



- 4 クッキングシートを敷いたオーブン皿に並べます。

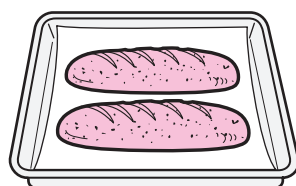
霧吹きをし、32～35℃に保ったオーブンで約40分発酵させます。

2～2.5倍にふくらんだら OK



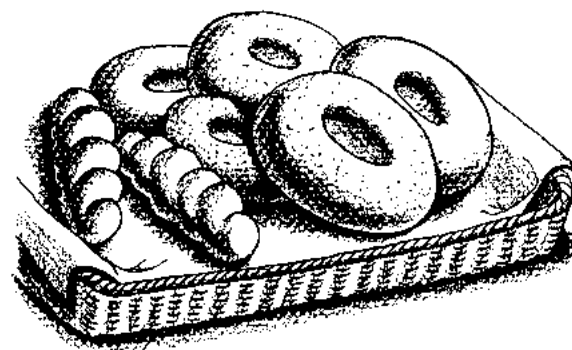
- 5 カミソリでななめの切れ目を5～6本入れます。

約220℃に予熱したオーブンで25～30分焼きます。



ドーナツ

メニュー番号：18
発酵時間：45 分



ドーナツ

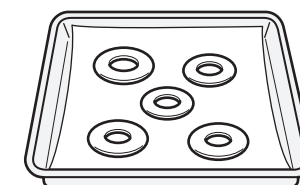
材 料	178kcal	
水	140ml	
卵 (M サイズ)	25g	½ 個
強力粉	280g	
砂糖	28g	大 3½
塩	4g	小 1
バター	40g	
スキムミルク	6g	大 1
ドライイースト	4.8g	A2
粉砂糖	適量	
揚げ油	適量	

※打ち粉は強力粉をお使いください。

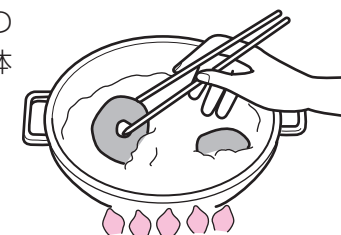
- 1 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取り出します。生地をめん棒で約5mmの厚さになるまでのばします。
- 2 内側に軽く打ち粉をふったドーナツ形で型抜きします。
- 3 クッキングシートを敷いたオーブン皿に並べ32～35℃に保ったオーブンで30～40分発酵させます。



2～2.5倍にふくらんだら OK



- 4 160～170℃に熱した揚げ油の中に1個ずつずかに入れて、全体がキツネ色になるまで揚げます。

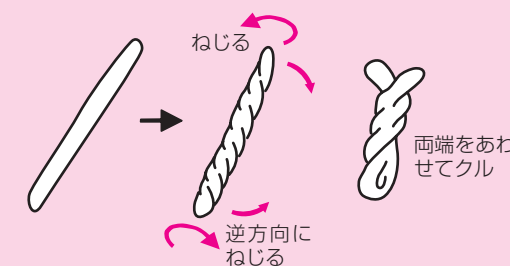
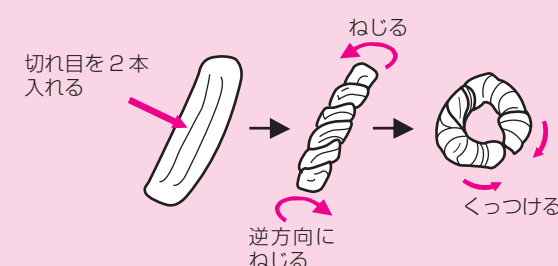


※油の温度は生地を残りを入れて、すぐ浮いてくるのが適温です。

- 5 油をよく切り、粉砂糖をふりかけて仕上げます。



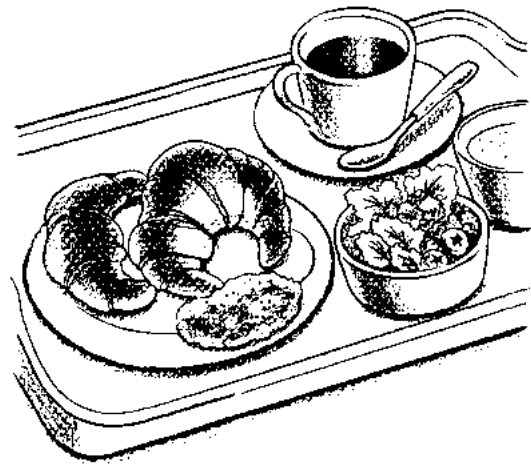
ドーナツのいろいろ



ドライイースト ねり+発酵 (生地づくり) メニュー

クロワッサン

メニュー番号：18
発酵時間：45 分

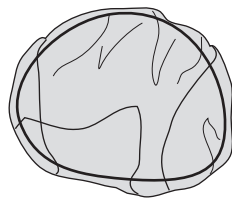


クロワッサン

材 料	182kcal	12 個分
水		150ml
卵 (M サイズ)		25g ½ 個
強力粉		180g
薄力粉		100g
砂糖		16g 大 2
塩		4g 小 1
バター		20g
スキムミルク		6g 大 1
ドライイースト		6.3g B3
折り込み用バター (1cm 角に切る)		100g
薄力粉		20g
とき卵		25g ½ 個

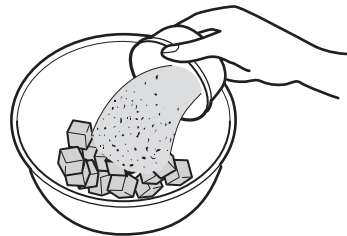
※打ち粉は強力粉をお使いください。

1 パンケースから取り出した生地を丸め直し、ラップをして冷蔵庫で約 30 分休ませます。



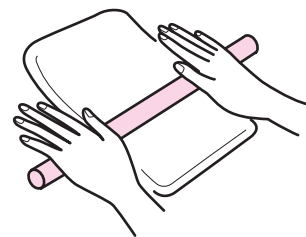
2 折り込み用バターに薄力粉をふるって加え、よくもみ込み冷蔵庫に入れておきます。

粉をよくもみ込みます。



3 1 の生地を縦 35cm × 横 25cm の長方形にのばします。

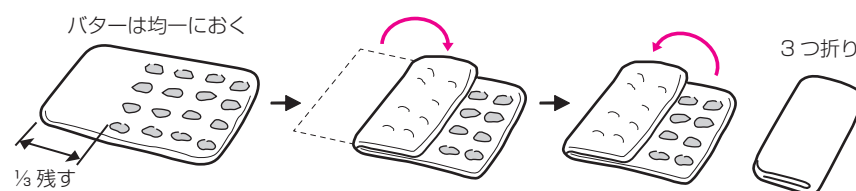
生地がベタつくときは、打ち粉をします。



4 2 のバターを親指大につまみ、のばした生地の $\frac{2}{3}$ の部分に等間隔にのせます。

バターがのっていない $\frac{1}{3}$ の部分を折ります。次にバターがのっている $\frac{1}{3}$ の部分を折り重ね、3 つ折りにします。

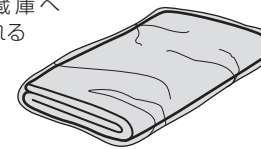
ラップに包み冷蔵庫で 30 分以上冷やします



6 のばした生地を **4** と同様に 3 つ折りにし、ラップをして冷蔵庫で 30 分以上休ませます。

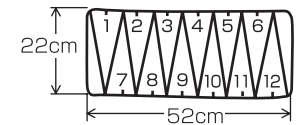
5 ~ 6 をもう一回くり返します。(生地をのばすときは、必ず幅の狭い方が手前になるように置きます。)

冷蔵庫へ入れる



7 十分に冷やした生地を 22cm × 52cm のできるだけきれいな長方形にのばします。

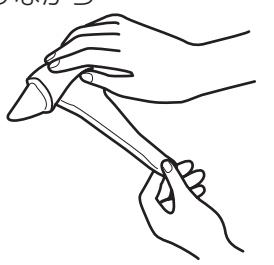
生地がやわらかくなりすぎた場合はラップをして冷蔵庫で 20 ~ 30 分休ませてから再びのばします。



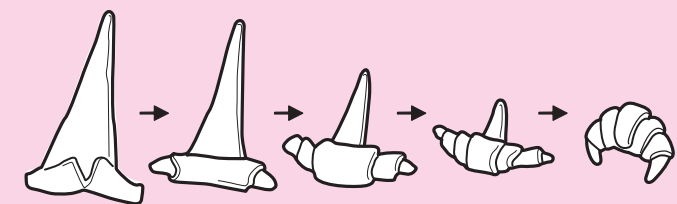
9 三角形の底辺に 1cm の切り込みを入れ、両端を左右にひっぱりながら巻き始めます。



10 細い方を軽くひっぱりながら巻きます。



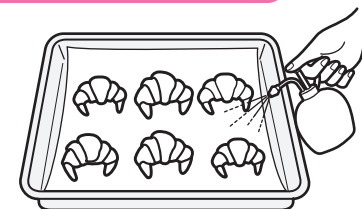
クロワッサンの成形



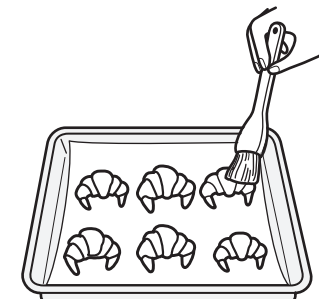
11 クッキングシートを敷いたオープン皿に並べます。

霧吹きをし、約 25℃ で約 1 時間発酵させます。

2~2.5 倍にふくらんだら OK



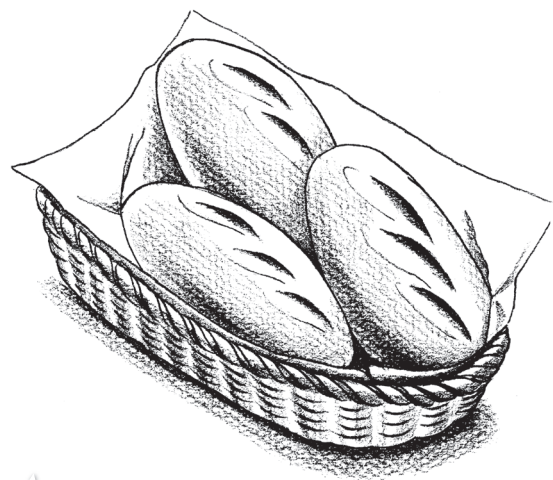
12 とき卵をぬり、約 210℃ に予熱したオーブンで 10 ~ 15 分焼きます。



ドライイースト ねり+発酵(生地づくり)メニュー

フランスパン

メニュー番号：18
発酵時間：1 時間



フランスパン

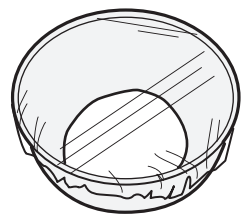
材 料	272kcal	4 個分
水		180ml
強力粉		200g
薄力粉		80g
砂糖		4g 大 ½
塩		4g 小 1
バター		5g
レモン汁		少々
ドライイースト		2.1g B1



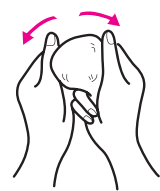
- フランスパンの生地は、砂糖や油脂が少なく傷みやすいので、できるだけやさしく扱います。
- ガス抜きは、手のひらでたたく程度にして抜きすぎないようにします。
- 時間をかけてゆっくり発酵させます。温度が高いと生地がだれて扱いにくくなります。

※打ち粉は強力粉をお使いください。

1 バターをぬったボウルに生地を取り出し、ラップをして約 28℃の場所で約 30 分休ませます。

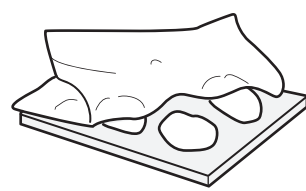


2 手のひらで軽くたたいてガス抜きをした生地をスクッパーで 4 等分します。生地を傷めないように手のひらでやさしく丸めます。

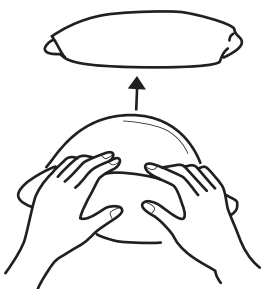


生地をいためないように丸める

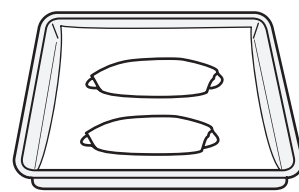
3 かたくしぼったぬれふきんをかけて 20～30 分休ませます。



4 生地を手のひらで軽くたたいてだ円形にのばします。手前から両手で少しずつ、くるくる巻いて巻き終わりをしっかりつまみます。

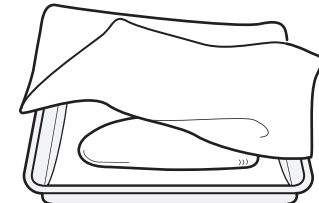


5 クッキングシートを敷いたオーブン皿に巻き終わりを下にして並べます。

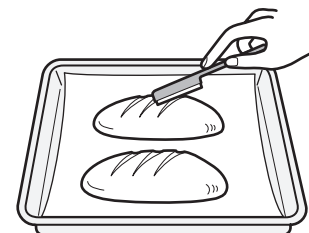


6 かたくしぼったぬれふきんをかけて室温で約 1 時間ゆっくり発酵させます。寒い季節は約 28℃を保てるように発酵させます。

2～2.5 倍にふくらんだら OK



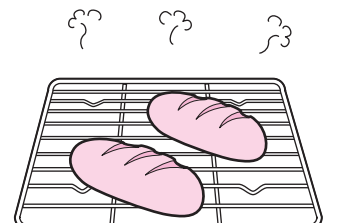
7 カミソリでななめに 3～4mm の深さの切れ目を 3 本入れます。



8 約 200℃に予熱したオーブンに生地を入れ、オーブン内と生地にたっぷりと霧吹きをし、30～35 分焼きます。

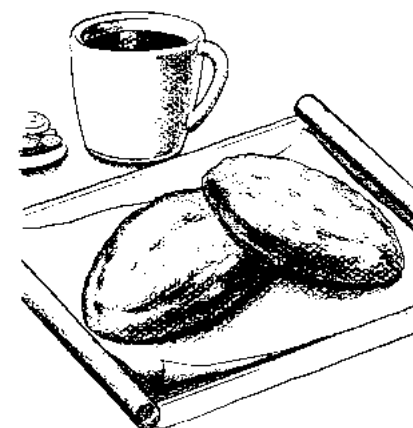


9 焼き上がったら網の上に置いて冷まします。



チーズフランス

メニュー番号：18
発酵時間：1 時間

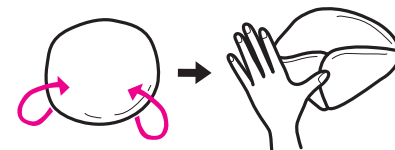


チーズフランス

材 料	249kcal	6 個分
水		180ml
強力粉		200g
薄力粉		80g
砂糖		4g 大 ½
塩		4g 小 1
バター		5g
レモン汁		少々
ドライイースト		2.1g B1
ピザ用チーズ		120g

※打ち粉は強力粉をお使いください。

1～6 までの手順はフランスパンと同じですが **2** では生地を 6 等分にし、**4** では下記のようにしてください。

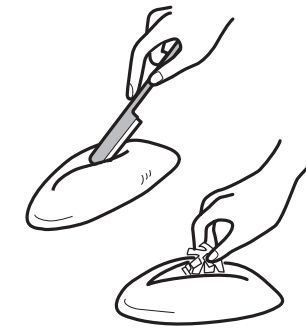


生地の左下と右下を中央に向けて折り

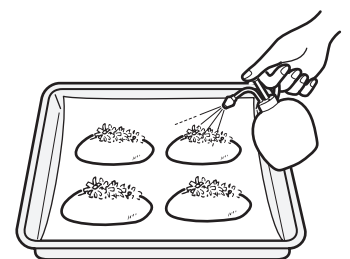


手前から巻き込み、両端をとがらせる

7 カミソリで中央に 5mm 程の深さの切れ目を入れ、チーズをのせます。



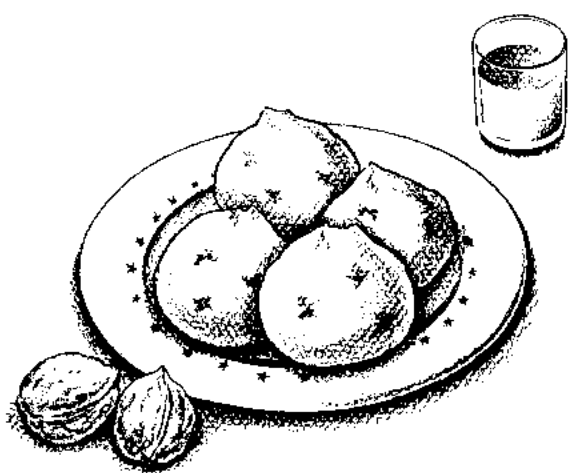
8 約 200℃に予熱したオーブンに生地を入れ、オーブン内と生地にたっぷりと霧吹きをし、20～25 分焼きます。



ドライイースト ねり＋発酵 (生地づくり) メニュー

くるみパン

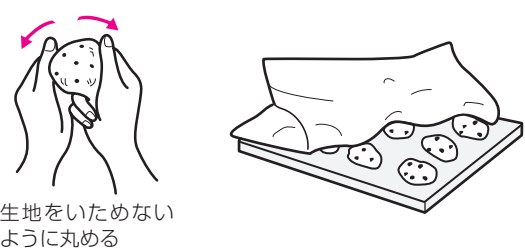
メニュー番号：18
発酵時間：1 時間



くるみパン		
材 料	155kcal	10 個分
水		180ml
強力粉		280g
砂糖		12g 大 1½
塩		4g 小 1
バター		15g
スキムミルク		6g 大 1
★くるみ (5mm 角にきざむ)		50g
ドライイースト		4.8g A2

※打ち粉は強力粉をお使いください。

1 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取り出します。生地をスケッパーで 10 等分して軽く丸め、かたくしぼったぬれふきんをかけて約 20 分休ませます。

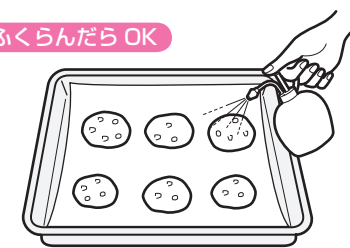


生地をいためないように丸める

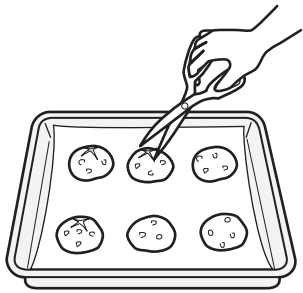
2 生地を軽く丸め直し、クッキングシートを敷いたオープン皿に閉じ口を下にして並べます。

霧吹きをし、32～35℃に保ったオーブンで 30～40 分発酵させます。

2～2.5 倍にふくらんだら OK

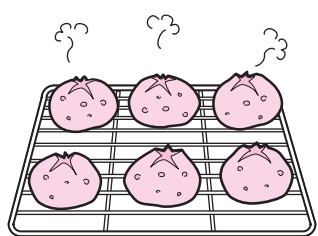


3 オープンから取り出し、はさみで十字に切り込みを入れます。



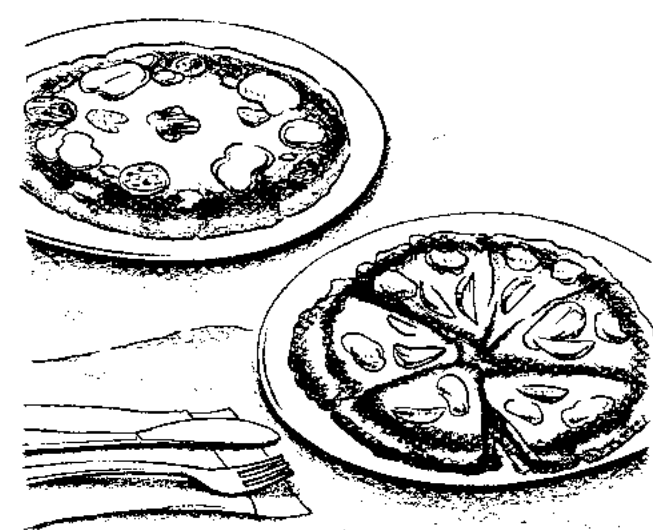
4 180～190℃に予熱したオーブンで 10～15 分焼きます。

焼き上がったら網の上に置いて冷まします。



ピザ

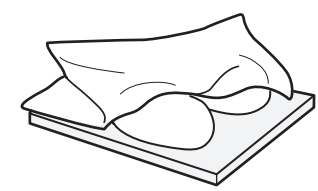
メニュー番号：18
発酵時間：30 分



ピザ		
1 枚分：1½ 切あたり 214kcal		
材 料	2 枚分	
水	180ml	
強力粉	280g	
砂糖	8g	大 1
塩	4g	小 1
バター	15g	
スキムミルク	6g	大 1
ドライイースト	4.8g	A2
具		
ピザソース	140g	
玉ねぎ (薄切り)	200g	中 1 個
ピーマン (輪切り)	60g	2 個
マッシュルーム (薄切り)	60g	
サラミソーセージ (薄切り)	80g	
ピザ用チーズ	200g	

※打ち粉は強力粉をお使いください。

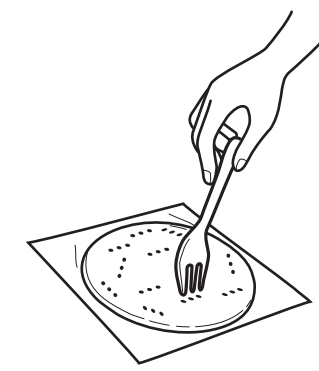
1 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取り出します。生地をスケッパーで 2 等分して軽く丸め、かたくしぼったぬれふきんをかけて約 15 分休ませます。



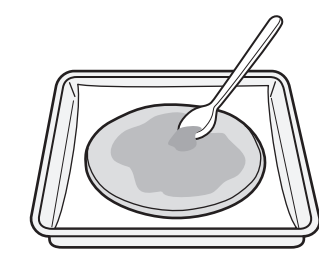
2 クッキングシートの上に生地をのせ、めん棒で直径 25cm にのばします。



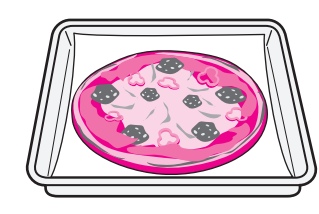
3 のばした生地にフォークで穴をあけます。



4 クッキングシートごとオープン皿に移します。ピザソースをぬり、具を均一にのせます。



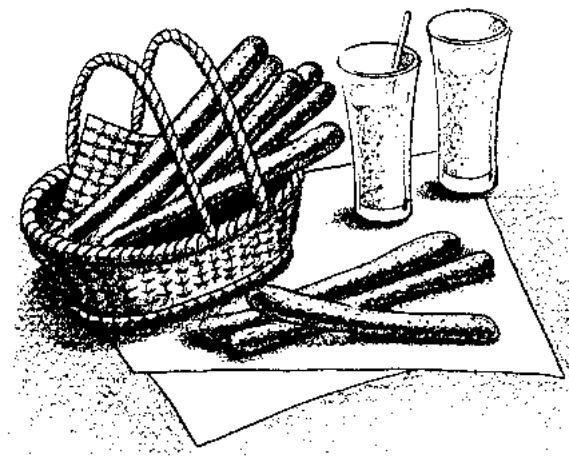
5 ピザ用チーズをのせます。190～200℃に予熱したオーブンで約 20 分、周囲がキツネ色になり、チーズがとけるまで焼きます。



ドライイースト ねり+発酵(生地づくり)メニュー

チーズスティック

メニュー番号：18
発酵時間：30分

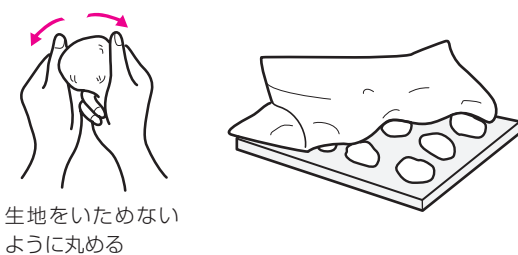


チーズスティック

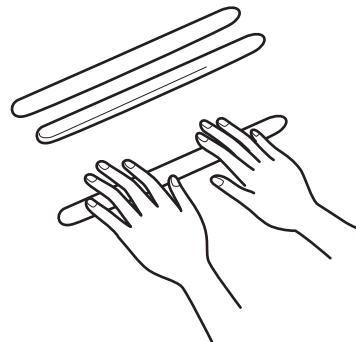
材 料	74kcal	16 本分
水		180ml
強力粉		280g
塩		4g 小 1
バター		5g
スキムミルク		6g 大 1
ドライイースト		4.8g A2
粉チーズ		10g
とき卵		25g ½ 個

※打ち粉は強力粉をお使いください。

- 1 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取り出します。生地をスケッパーで 16 等分して軽く丸め、かたくしぼったぬれふきんをかけて約 15 分休ませます。

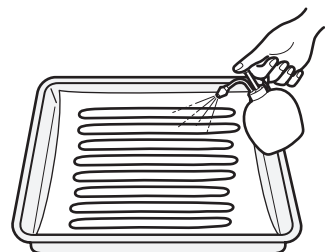


- 2 両手でころがしながら約 25cm の長さののばします。



- 3 クッキングシートを敷いたオープン皿に並べます。

霧吹きをし、約 30℃ の場所で 30 ～ 40 分発酵させます。



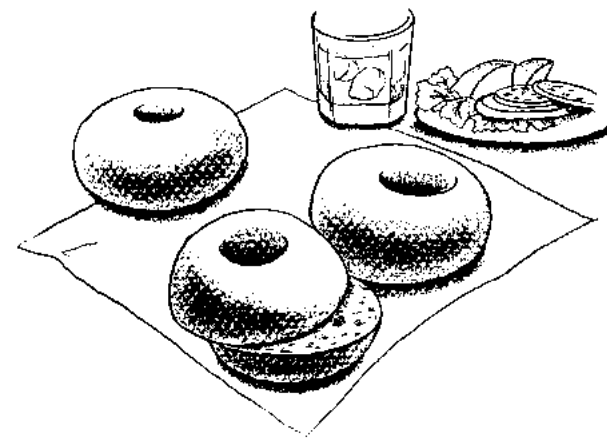
- 4 とき卵をぬり、粉チーズをふります。

200 ～ 210℃ に予熱したオーブンで 15 ～ 20 分焼きます。



ベーグル

メニュー番号：18
発酵時間：30分



ベーグル

材 料	118kcal	10 個分
水		170ml
強力粉		280g
砂糖		12g 大 1½
塩		4g 小 1
サラダ油		10g
ドライイースト		4.8g A2

※打ち粉は強力粉をお使いください。

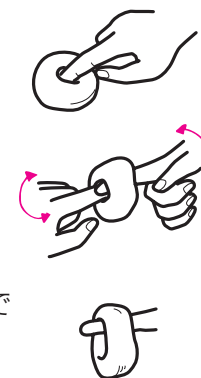
- 1 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取り出します。生地をスケッパーで 10 等分して軽く丸めます。



- 2 生地中央に指を差し込み、穴をあけます。

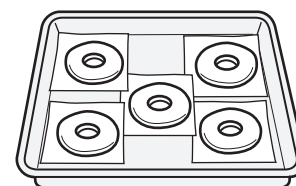
指を 2 本入れてくるくる回します。

発酵すると穴は小さくなるので大きめにあけます。

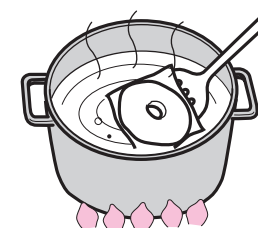


- 3 穴をあけた生地をそれぞれ、1 個分ずつ切ったクッキングシートの上にのせます。

かたくしぼったぬれふきんをかけ約 15 分休ませます。

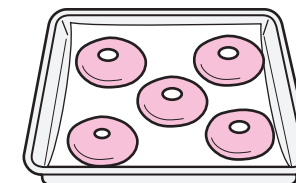


- 4 沸騰したお湯にクッキングシートごと生地を入れます。クッキングシートがはがれたらすくい出します。あまり長い時間ゆでると焼き上がったときに、しわしわになります。



- 5 クッキングシートを敷いたオープン皿に並べます。

約 210℃ に予熱したオーブンで約 10 分焼きます。



ドライイースト 発酵＋焼きの使用法

■生地や具をアレンジし、成形したあと、再びパンケースに入れて発酵・焼きをするときに使います。

※「発酵＋焼き」はタイマー予約できません。

タイマー
OK!

発酵	20分～1時間40分(初期設定20分)
焼き	45分(焼き色：ふつう) ■うすめは10分焼き時間が短くなります。 こいめは10分焼き時間が長くなります。

ホテルブレッドをつくってみます

ホテルブレッド

材 料	232kcal	
水	120ml	
卵 (M サイズ)	25g	½ 個
強力粉	250g	
砂糖	28g	大 3½
塩	4g	小 1
バター	40g	
スキムミルク	6g	大 1
ドライイースト	4.2g	B2

カロリー表示

1 斤の ⅓ 切あたりのカロリーを表示しています。

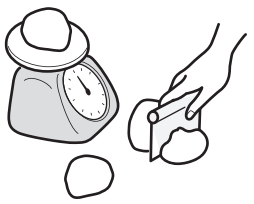
メニュー番号：18
「ねり＋発酵（生地づくり）」
で生地をつくります。

ねり時間：20 分（固定）
発酵時間：45 分

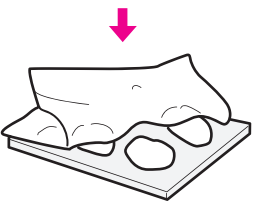
成形・本体にセット

※打ち粉は強力粉をお使いください。

1 できあがった生地を取り出し成形する



①打ち粉を軽くふった台の上に生地を取り出します。生地を軽く丸め直してスケッパーで4等分します。



②生地を丸め直し、かたくしぼったぬれふきんをかけて15～20分休ませます。

2 生地を丸め直してからパンケースに並べて入れる（羽根は付けません）



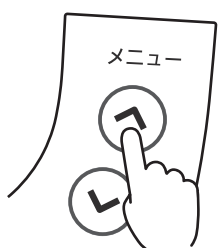
3 パンケースを本体に入れて本体のふたをする

4 電源プラグをコンセントに差し込む

設定

「発酵時間：50 分・焼き色：ふつう」に設定するとき

1 メニューを設定する

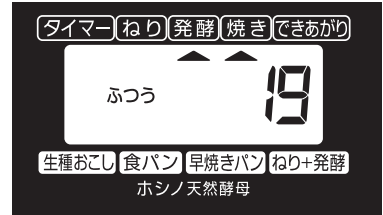


①メニュー番号：19 を選ぶ

②焼き色を「ふつう」に設定する

■ふつう▶こいめ▶うすめ…の順で選択できます。

焼き色
速く/温度



スタート

2 発酵時間を設定する



- ▲▷5分単位で進む
- ▼▷5分単位で戻る

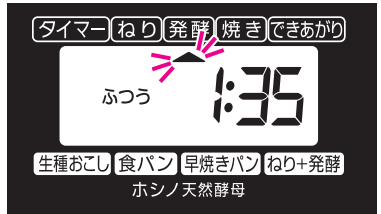
■タイマーキーで50分に設定します。



3 「スタートキー」を押す



■発酵の「▲」表示が点滅し、発酵が始まります。

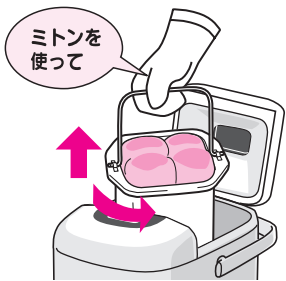
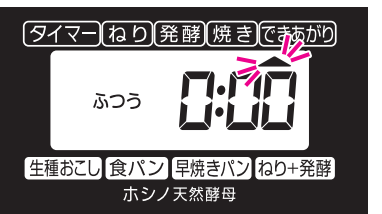


できあがり

4 ブザーがなったら「取消キー」を押し、パンケースを取り出す



■できあがりの「▲」表示が点滅します。



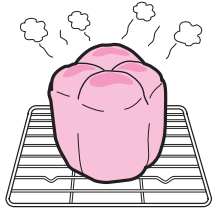
■ミトンを使って、パンケースのふちにある矢じるし（ゆるむ）の方向に回して取り出します。

⚠ 注意



●パンを取り出すときは必ずミトンなどを使う。
やけどの原因になることがあります。
特にお子様にはご注意ください。

5 パンを取り出す

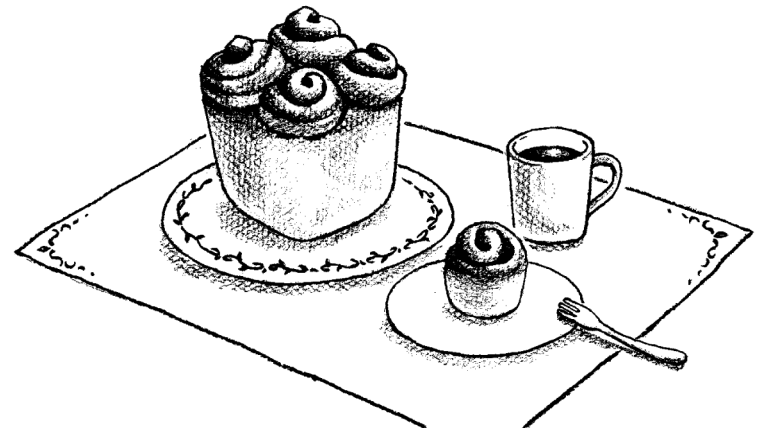


6 電源プラグを抜く

ねり+発酵・発酵+焼きメニュー

シナモンロール

メニュー番号：18 発酵時間：45 分
メニュー番号：19 発酵時間：40 分



アイシングの作り方

材料	粉砂糖とよくといた卵白・ レモン汁をねばりがでるま で混ぜます。(レモン汁がな いときは粉砂糖と卵白のみ でもできます)
粉砂糖	60g
卵白	17g ½ 個
レモン汁	少々

シナモンロール

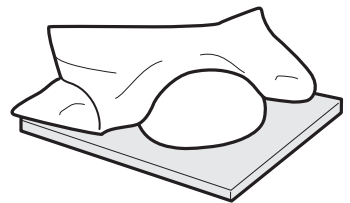
材 料	296kcal	
水	120ml	
卵 (M サイズ)	25g	½ 個
強力粉	250g	
砂糖	28g	大 3½
塩	4g	小 1
バター	40g	
スキムミルク	6g	大 1
ドライイースト	4.2g	B2
フィリング		
シナモン	3g	大 ½
グラニュー糖	36g	大 3

※打ち粉は、強力粉をお使いください。

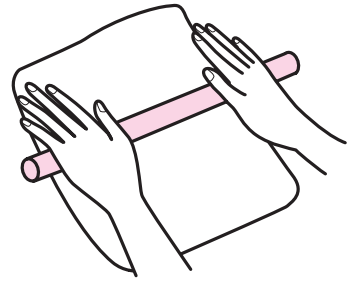
1メニュー番号：18
「ねり+発酵（生地づくり）」
で生地をつくります。

ねり時間：20 分（固定）
発酵時間：45 分

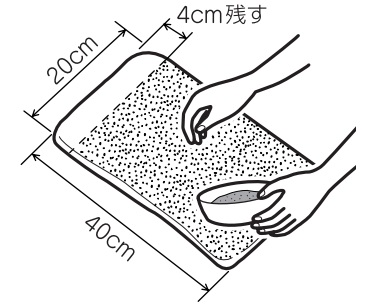
2 生地を丸め直し、かたくしぼった
ぬれふきんをかけて 15 ～ 20 分
休ませます。



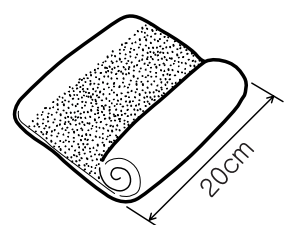
3 閉じ口を上にし、めん棒で縦 40cm × 横
20cm の長方形にのばします。



4 生地を縦長に置き、巻き終わりになる方
を 4cm 残してよく混ぜたシナモン・グラ
ニュー糖を均一にちらします。



5 手前から巻き込み、巻き終わりをしっかり閉じます。
軽くころがして形をととのえ、生地を 4 等分に切り
ます。
(テグスを利用すると切り口がきれいになります。)



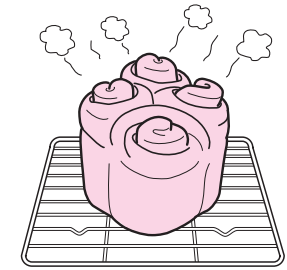
6 5 で 4 等分した生地をパンケースに
戻し、並べます。(羽根は付けません)



7メニュー番号：19
「発酵+焼き」で成形発酵・
焼きをします。

発酵時間：40 分
焼き時間：45 分（焼き色：ふつう）

8 焼き上がったらパンを網の上に置き、
あら熱が取れたらアイシングをかけ
ます。



ホシノ天然酵母 生種おこしの使用方法

■天然酵母パンをつくるには、はじめに「元種」から「生種」をつくります。

- 室温が30℃以上で生種おこしをすると、発酵しすぎて生種がうまくおこせない場合があります。
- 25～30℃の水を使ってください。水温が高すぎたり、低すぎると生種がうまくおこせない場合があります。
- 発酵カップ・スプーンが汚れていると生種がうまくおこせません。清潔にしておいてください。

【必要な道具】



発酵カップ スプーン

元種の保存について

- しっかり密閉して冷蔵庫で保存してください。(冷凍・常温保存はしない。)
- 賞味期限内に使い切ってください。

生種の保存について

- 生種は付属の発酵カップに入れ、ふたをして必ず冷蔵庫に保存してください。(冷凍・常温保存はしない。)
- 生種は1週間程度で使い切ってください。
- 冷蔵庫に保存するときは納豆などの菌の強い食品の近くに置かないでください。
- 新しい生種と古い生種を混ぜて保存しないでください。



本体と材料の準備・設定

生種

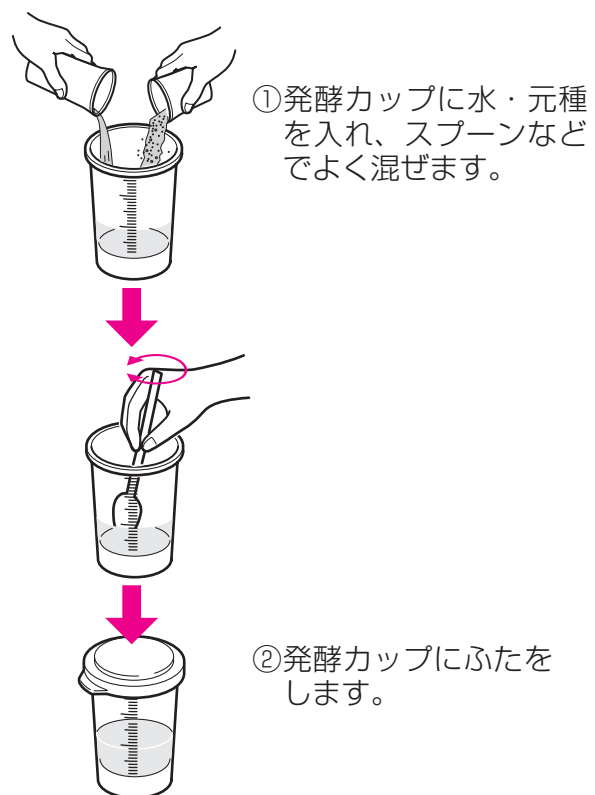
材 料

元種 (ホシノ天然酵母 パン種)	50g
水 (25～30℃)	100ml

- 1回の量で天然酵母食パンを4～5回分、つくることができます。

※必ず「ホシノ天然酵母 パン種」をお使いください。

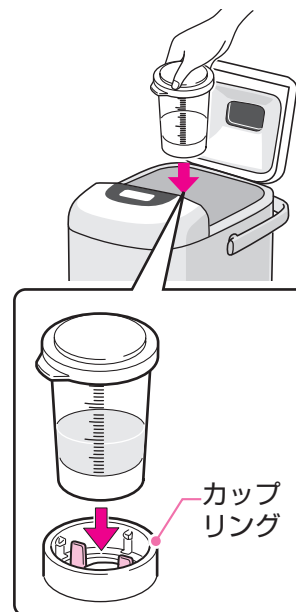
1 材料を発酵カップに入れ、よく混ぜてからふたをする



①発酵カップに水・元種を入れ、スプーンなどでよく混ぜます。

②発酵カップにふたをします。

2 本体に発酵カップを置く

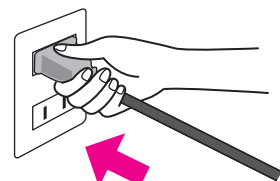


①パンケースを本体から取り出します。

②発酵カップを本体内側のカップリング部にしずかに置き、本体のふたをします。

カップリング

3 電源プラグをコンセントに差し込む

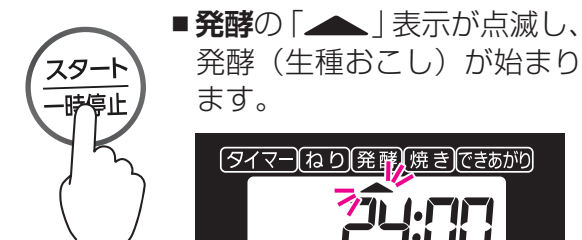


4 「ホシノ天然酵母キー」で「生種おこし」を選ぶ



スタート

5 「スタートキー」を押す



- 発酵の「▲」表示が点滅し、発酵 (生種おこし) が始まります。

※表示はできあがりまでの残り時間です。

生種の状態



■スタート

6～20時間後、発酵により気泡が発生し、量が増える場合があります。

■終了

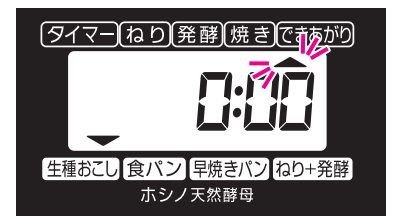
うまくできたときは酒粕のようなアルコール臭と少し酸っぱいにおいがします。

できあがり

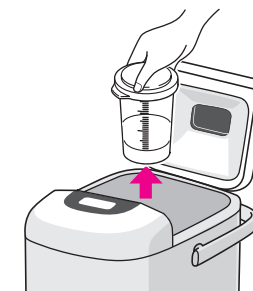
6 ブザーがなったら「取消キー」を押し、発酵カップを取り出す



- できあがりの「▲」表示が点滅します。

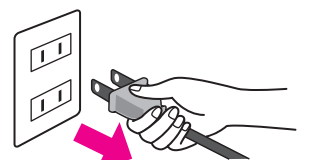


- 発酵カップを取り出し、冷蔵庫に入れてください。



ブザーがなったら発酵カップを早めに取り出してください。
(取り出し忘れた場合：ブザーがなってから2～3時間以内であれば、生種として使えるので、すぐ冷蔵庫に入れてください。)

7 電源プラグを抜く



ホシノ天然酵母 焼き上げまでの使用方法

本体と材料の準備

天然酵母食パンをつくってみます

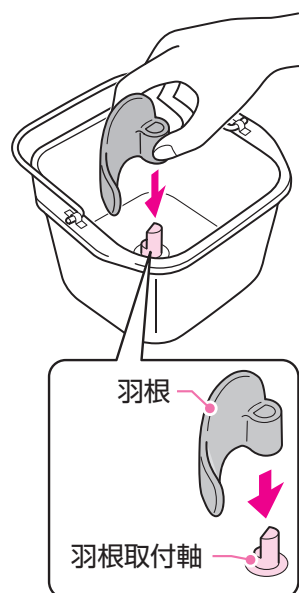
天然酵母食パン

材 料	200kcal	
水	180ml	
生種	24g	
強力粉	280g	
砂糖	20g	大 2½
塩	4g	小 1
バター	7g	

- 材料は正確にはかってください。
- 生種は全体をかき混ぜてから、はかりで正確にはかってください。
- 1斤の ⅓ 切あたりのカロリーを表示しています。
- バターのかわりに同じ分量のマーガリンを使うことができます。

必ず元種を P.45 ~ 46 の方法で生種にしてお使いください。

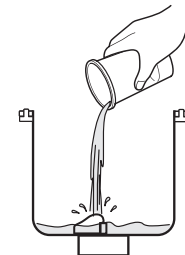
1 本体からパンケースを取り出し羽根をセットする



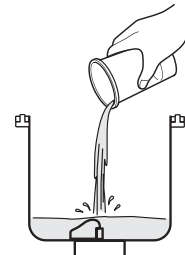
- 羽根取付軸と羽根の穴の形を合わせ、奥まで確実に差し込みます。

※羽根が浮いているとパンができません。

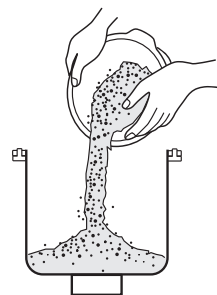
2 パンケースに材料を入れる



①水を入れます。

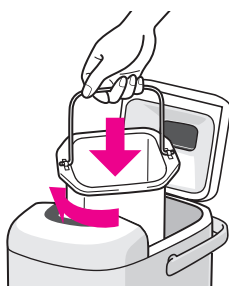


②生種をスプーンでよく混ぜてから入れます。

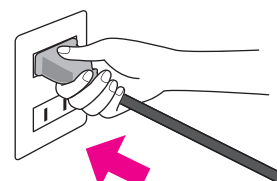


③小麦粉などの材料を入れます。

3 パンケースを本体に入れて本体のふたをする



4 電源プラグをコンセントに差し込む



スタート

5 メニューを設定する

「天然酵母 食パン・焼き色：ふつう」を設定するとき

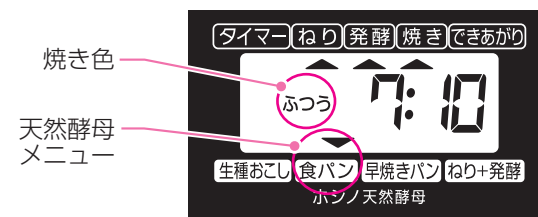


1 ホシノ天然酵母キーで食パンを選ぶ



2 焼き色を「ふつう」に設定する

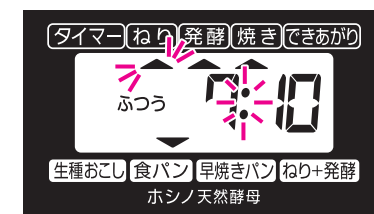
■ふつう▶こいめ▶うすめ…の順で選択できます。



6 「スタートキー」を押す



■ねりの「▲」表示が点滅し、ねりが始まります。



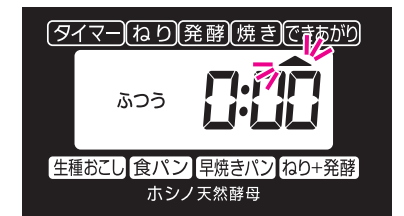
※表示はできあがりまでの残り時間です。
ミックスコールドあり『：』点滅
ミックスコールドなし『：』点灯

できあがり

7 ブザーがなったら「取消キー」を押し、パンケースをすぐ取り出す



■できあがりの「▲」表示が点滅します。

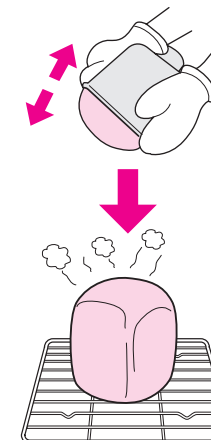


■ミトンを使って、パンケースのふちにある矢じるし（ゆるむ）の方向に回して取り出します。

注意

- パンを取り出すときは必ずミトンなどを使う。
やけどの原因になることがあります。
特にお子様にはご注意ください。

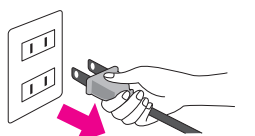
8 パンを取り出す



① パンケースを逆さに持ち上下に数回強くふり、パンを取り出します。

② しばらく網の上などにのせ、冷まします。

9 電源プラグを抜く



ホシノ天然酵母 山形パンメニュー

レシピの見かた

■材料は正確にはかってください。

🕒
タイマー
OK!

タイマー予約ができます。

🌟

ミックスコールで入れる材料。

🔥
カロリー表示

1 斤の ⅓ 切あたりのカロリー
を表示しています。

■バターのかわりに同じ分量
のマーガリンを使うことが
できます。

食パン・早焼きパンレシピ

ホシノ天然酵母

：食パンまたは早焼きパン

👉

■食パンと早焼きパンでは水と生種の分量がちがいます。

🕒
タイマー
OK!

※早焼きパンはタイマー予約できません。

ごまたっぷり天然酵母パン

材 料

230kcal

水	180ml	
生種	24g	
強力粉	280g	
砂糖	20g	大 2½
塩	4g	小 1
バター	7g	
いりごま	14g	大 2
すりごま	6g	大 1
ごまペースト	10g	
早焼きパンの場合		
水	160ml	
生種	55g	

甘栗天然酵母パン

材 料

221kcal

水	180ml	
生種	24g	
強力粉	280g	
砂糖	20g	大 2½
塩	4g	小 1
バター	7g	
★皮むき甘栗 (5mm 角にきざむ)	50g	
早焼きパンの場合		
水	160ml	
生種	55g	

かりんとう天然酵母パン

材 料

237kcal

水	180ml	
生種	24g	
強力粉	280g	
砂糖	20g	大 2½
塩	4g	小 1
バター	7g	
★かりんとう (5mm 角にきざむ)	50g	
早焼きパンの場合		
水	160ml	
生種	55g	

干し芋天然酵母パン

材 料

227kcal

水	180ml	
生種	24g	
強力粉	280g	
砂糖	20g	大 2½
塩	4g	小 1
バター	7g	
★干し芋 (5mm 角にきざむ)	50g	
早焼きパンの場合		
水	160ml	
生種	55g	

全粒粉ヨーグルト天然酵母パン

材 料

207kcal

水	110ml	
生種	24g	
プレーンヨーグルト (水と同じ温度にする)	70g	
強力粉	240g	
全粒粉	40g	
はちみつ	30g	
塩	4g	小 1
バター	7g	
早焼きパンの場合		
水	90ml	
生種	55g	

発芽玄米天然酵母パン

材 料

209kcal

水	170ml	
生種	24g	
強力粉	270g	
砂糖	20g	大 2½
塩	4g	小 1
バター	7g	
★発芽玄米ごはん (炊いて冷ます)	60g	
早焼きパンの場合		
水	150ml	
生種	55g	

天然酵母食パン (基本のレシピ)

🕒
タイマー
OK!

タイマー予約ができます。

🌟

ミックスコールで入れる材料。

🔥
カロリー表示

1 斤の ⅓ 切あたりのカロリー
を表示しています。

■バターのかわりに同じ分量
のマーガリンを使うことが
できます。

材 料

200kcal

水	180ml	
生種	24g	
強力粉	280g	
砂糖	20g	大 2½
塩	4g	小 1
バター	7g	
早焼きパンの場合		
水	160ml	
生種	55g	

ライ麦天然酵母パン

🕒
タイマー
OK!

タイマー予約ができます。

🌟

ミックスコールで入れる材料。

🔥
カロリー表示

1 斤の ⅓ 切あたりのカロリー
を表示しています。

■バターのかわりに同じ分量
のマーガリンを使うことが
できます。

材 料

199kcal

水	170ml	
生種	24g	
強力粉	260g	
ライ麦粉	20g	
黒砂糖 (固まりを使うときは分量の水で溶かす)	20g	
塩	4g	小 1
バター	7g	
早焼きパンの場合		
水	150ml	
生種	55g	

レーズンくるみ天然酵母パン

🕒
タイマー
OK!

タイマー予約ができます。

🌟

ミックスコールで入れる材料。

🔥
カロリー表示

1 斤の ⅓ 切あたりのカロリー
を表示しています。

■バターのかわりに同じ分量
のマーガリンを使うことが
できます。

材 料

238kcal

水	180ml	
生種	24g	
強力粉	280g	
砂糖	20g	大 2½
塩	4g	小 1
バター	7g	
★レーズン	30g	
★くるみ (5mm 角にきざむ)	20g	
早焼きパンの場合		
水	160ml	
生種	55g	

※★レーズンのかわりに他のドライフルーツを使うことも
できます。

※★くるみのかわりに他のナッツを使うこともできます。
(5mm 角にきざむ)

ハーブ天然酵母パン

🕒
タイマー
OK!

タイマー予約ができます。

🌟

ミックスコールで入れる材料。

🔥
カロリー表示

1 斤の ⅓ 切あたりのカロリー
を表示しています。

■バターのかわりに同じ分量
のマーガリンを使うことが
できます。

材 料

200kcal

水	180ml	
生種	24g	
強力粉	280g	
砂糖	20g	大 2½
塩	4g	小 1
バター	7g	
お好みのハーブ	2g	大 1
早焼きパンの場合		
水	160ml	
生種	55g	

※★ハーブのかわりに他の乾燥ハーブを使うことも
できます。

※★お好みのハーブのかわりに他の乾燥ハーブを使うことも
できます。

ホシノ天然酵母 ねり+発酵の使用法

■天然酵母の手づくりパンをつくるときの生地づくりとして使います。

ねり	20分（固定）
発酵	20分～6時間（初期設定20分）

※ホシノ天然酵母「ねり+発酵」はタイマー予約できません。

本体の準備

- 1 本体からパンケースを取り出し羽根をセットする。
- 2 パンケースに材料を入れる。
- 3 パンケースを本体に入れて本体のふたをする。
- 4 電源プラグをコンセントに差し込む。

設定

「発酵時間：3時間」を設定するとき

1 メニューを設定する



■ホシノ天然酵母キーで「ねり+発酵」を選びます。



2 発酵時間を設定する



- ▲ ▷ 10分単位で進む
- ▼ ▷ 10分単位で戻る

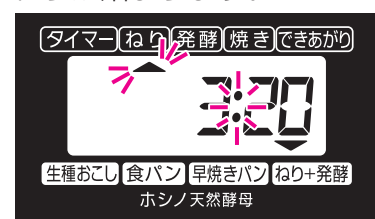
■タイマーキーで3時間に設定します。



スタート

3 「スタートキー」を押す

■ねりの「▲」表示が点滅し、ねりが始まります。



※表示はできあがりまでの残り時間です。
ミックスコールドあり『:』点滅
ミックスコールドなし『:』点灯

4 ブザーがなったら「取消キー」を押し、パンケースを取り出す



■できあがりの「▲」表示が点滅します。



■生地は取り出さないまま放置すると、発酵しすぎてパンがうまくできない場合があります。

5 電源プラグを抜く

ホシノ天然酵母 ねり+発酵メニュー



- 天然酵母の生地はベタつきやすいので、手早くやさしく扱います。成形するときなど生地がのびにくいときはムリにのばそうとせず、休ませながらのばしてください。
- 発酵中・分割・丸め・成形の作業中、扱っていない生地にはぬれふきんをかけて乾燥を防いでください。生地が乾燥すると、うまく成形しなかったり、生地の皮がさけて見た目が悪い焼き上がりになります。

レシピの見かた ■材料は正確にはかってください。

★ミックスコールドに入れる材料。

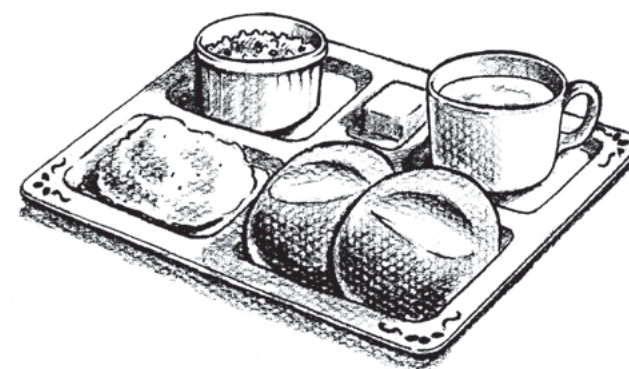
カロリー表示

1個あたりのカロリーを表示しています。

■バターのかわりに同じ分量のマーガリンを使うことができます。

テーブルロール

ホシノ天然酵母：ねり+発酵
発酵時間：3時間

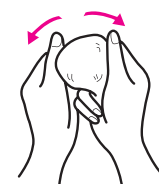


テーブルロール

材 料	98kcal	12個分
水		160ml
生種		24g
強力粉		280g
砂糖		12g 大1½
塩		4g 小1
バター		7g

※打ち粉は強力粉をお使いください。

- 1 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取り出します。生地をスケッパーで12等分して軽く丸め、かたくしぼったぬれふきんをかけて約20分休ませます。

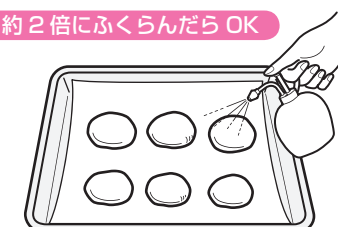


生地をいためないように丸める

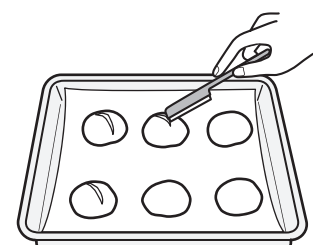


- 2 生地を丸め直し、クッキングシートを敷いたオーブン皿に閉じ口を下にして並べます。霧吹きをし、30℃の場所で約1時間発酵させます。

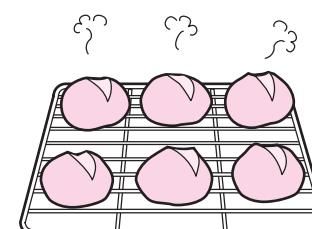
約2倍にふくらんだらOK



- 3 カミソリで中央に5mm程の深さの切れ目を入れ、霧吹きをします。

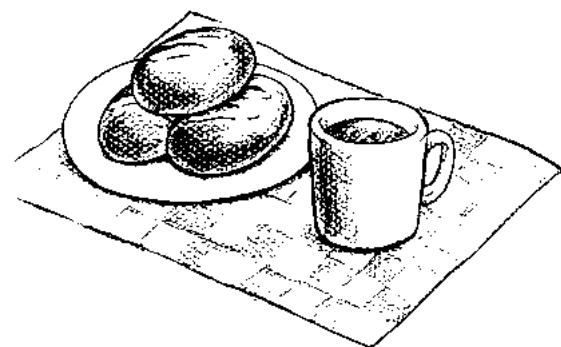


- 4 約200℃に予熱したオーブンで10～15分焼きます。



明太子ポテトパン

ホシノ天然酵母：ねり+発酵
発酵時間：3 時間



明太子ポテトパン

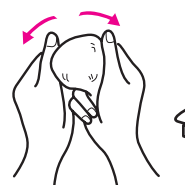
材 料	95kcal	16 個分
水		160ml
生種		24g
強力粉		280g
砂糖		12g 大 1½
塩		4g 小 1
バター		7g
具		
じゃがいも	200g	
明太子	50g	1 腹
マヨネーズ	20g	
塩・こしょう	適量	

※打ち粉は強力粉をお使いください。

明太子ポテトサラダのつくり方

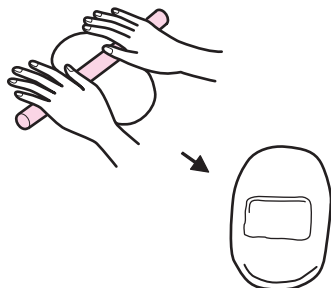
- ①じゃがいもに串がすっと入るまでゆでます。(または電子レンジで加熱します。)
- ②明太子は薄皮に切れ目を入れて開き、スプーンで身をこそげ取ります。
- ③ゆでたじゃがいもは熱いうちにめん棒などでつぶし、マヨネーズを加えてよく混ぜます。
- ④③に明太子を加えてよく混ぜ、塩・こしょうで味をととのえます。
- ⑤16 等分し、たわら型にしておきます。

- ①打ち粉を軽くふった台の上に生地を取り出します。生地をスケッパーで16 等分して軽く丸め、かたくしぼったぬれふきんをかけて約20 分休ませます。



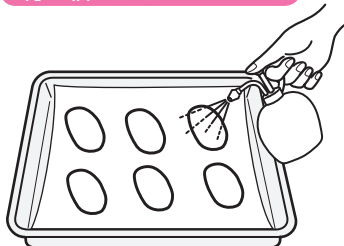
生地をいためないように丸める

- ②生地をめん棒で、だ円形にのばします。明太子ポテトサラダを包んで、閉じめをしっかりとつまみ、形をととのえます。

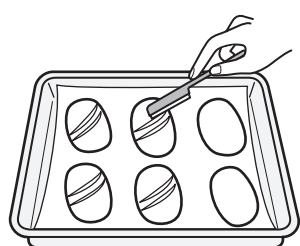


- ③クッキングシートを敷いたオープン皿に閉じ口を下にして並べます。霧吹きをし、30℃の場所で約1 時間発酵させます。

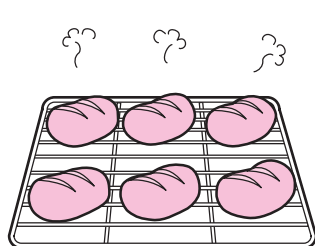
約2 倍にふくらんだら OK



- ④カミソリでななめに2 本切れ目を入れ、霧吹きをします。

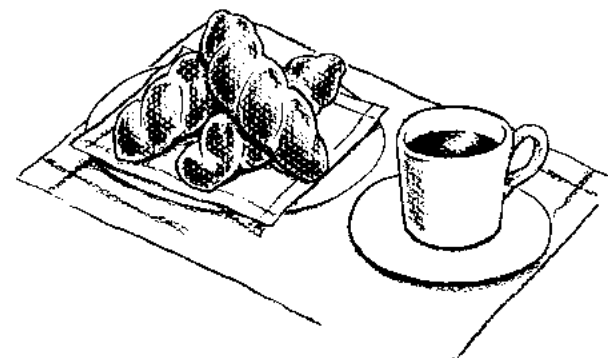


- ⑤約200℃に予熱したオーブンで10～12 分焼きます。



ピーナツツイスト

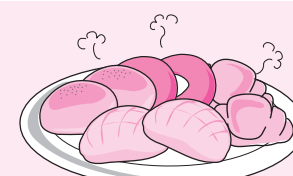
ホシノ天然酵母：ねり+発酵
発酵時間：3 時間 30 分



ピーナツツイスト

材 料	322kcal	6 個分
水		120ml
卵 (M サイズ)		25g ½ 個
生種		24g
強力粉		280g
砂糖		28g 大 3½
塩		4g 小 1
バター		40g
スキムミルク		6g 大 1
フィリング		
粒入りピーナツバター	60g	
とき卵	25g	½ 個

ピーナツツイストの生地を使って、バターロール・ドーナツ・スイートロール・メロンパン・あんパンなどもつくれます！



※打ち粉は強力粉をお使いください。

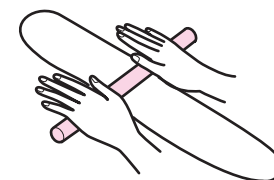
- ①打ち粉を軽くふった台の上に生地を取り出します。生地をスケッパーで6 等分して軽く丸め、かたくしぼったぬれふきんをかけて約20 分休ませます。



生地をいためないように丸める



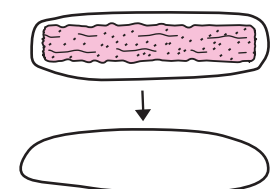
- ③めん棒で縦5cm × 横25cm の大きさにのばし、横に置きます。



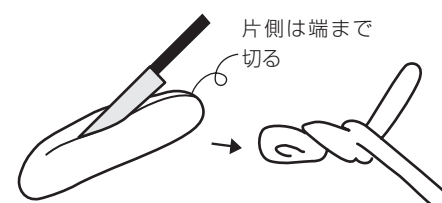
- ②生地を指で押してだ円形にのばし、横に置きます。生地を下から巻き込んでころがし、棒状にします。かたくしぼったぬれふきんをかけて約5 分休ませます。



- ④ふちから1cm 残して粒入りピーナツバターをぬります。上下を折り合わせてしっかりとつまんで閉じ、ころがして形をととのえます。



- ⑤片側2cm くらい残して縦に切り離し、切り口を上にして、ねじりながら合わせていきます。



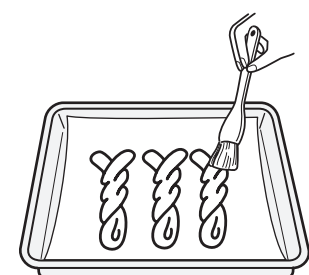
片側は端まで切る

- ⑥クッキングシートを敷いたオープン皿に並べます。霧吹きをし、30℃の場所で約1 時間発酵させます。

約2 倍にふくらんだら OK

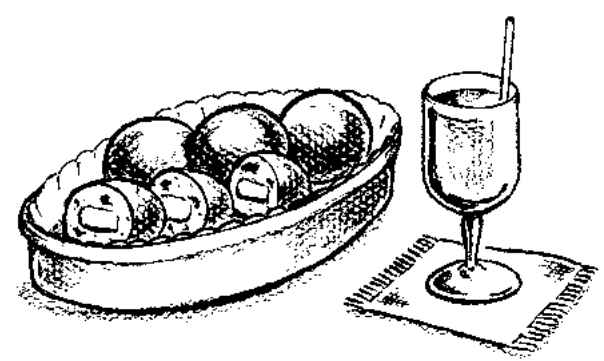


- ⑦とき卵をぬり、約180℃に予熱したオーブンで15～20 分焼きます。



くるみチーズパン

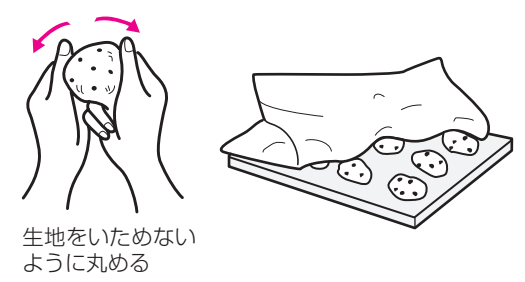
ホシノ天然酵母：ねり+発酵
発酵時間：3 時間 30 分



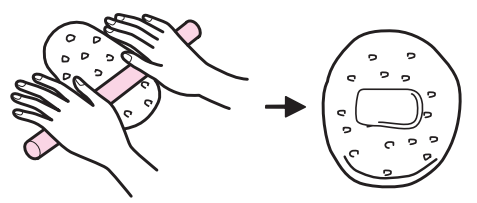
くるみチーズパン		
材 料	266kcal	8 個分
水		170ml
生種		24g
強力粉		280g
砂糖		12g 大 1½
塩		4g 小 1
バター		15g
スキムミルク		6g 大 1
★くるみ（粗くきざむ）		50g
具		
チーズ		160g

※打ち粉は強力粉をお使いください。

1 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取り出します。生地をスケッパーで 8 等分して軽く丸め、かたくしぼったぬれふきんをかけて約 20 分休ませます。

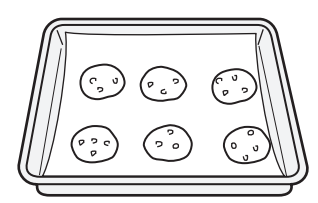


2 チーズは 8 等分にしておきます。生地をめん棒で丸くのぼし、チーズを包みます。閉じ口はしっかりつまみます。

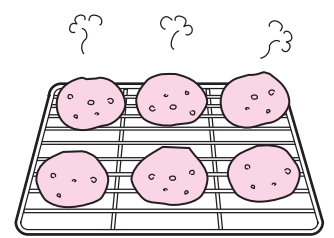


3 クッキングシートを敷いたオープン皿に閉じ口を下にして並べます。霧吹きをし、30℃の場所で約 1 時間発酵させます。

約 2 倍にふくらんだら OK

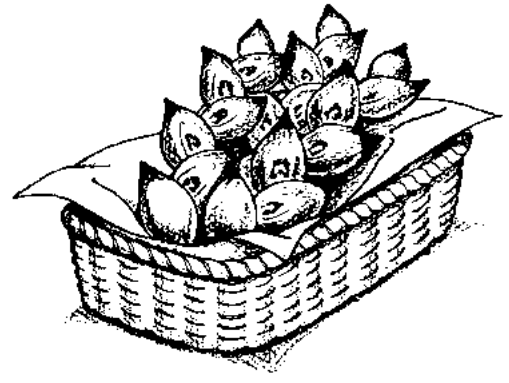


4 霧吹きをし、約 180℃に予熱したオーブンで 12 ～ 15 分焼きます。

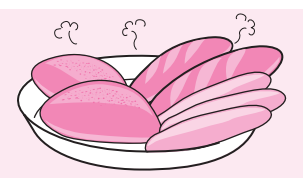


ベーコンエピ

ホシノ天然酵母：ねり+発酵
発酵時間：4 時間



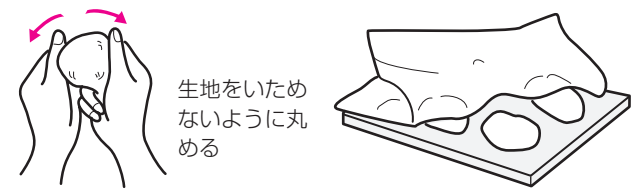
ベーコンエピの生地を使って、他の形のフランスパンもつくれます！



ベーコンエピ		
材 料	333kcal	4 個分
水		160ml
生種		18g
強力粉		200g
薄力粉		80g
砂糖		4g 大 ½
塩		4g 小 1
レモン汁		少々
具		
ベーコン		4 枚
こしょう		適量

※打ち粉は強力粉をお使いください。

1 打ち粉を軽くふった台の上に生地を取り出します。生地をスケッパーで 4 等分して軽く丸め、かたくしぼったぬれふきんをかけて約 20 分休ませます。

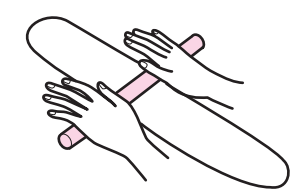
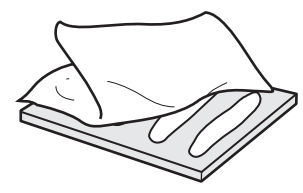


2 生地を指で押してだ円形にのぼし、横に置きます。生地を下から巻き込んでころがし、15cm くらいの長さの棒状にします。

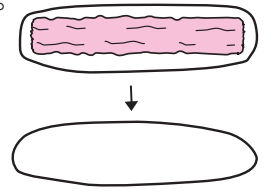


3 かたくしぼったぬれふきんをかけて約 5 分休ませます。

4 めん棒で縦横がベーコンの大きさより 1cm ずつ大きくなるようにのぼします。

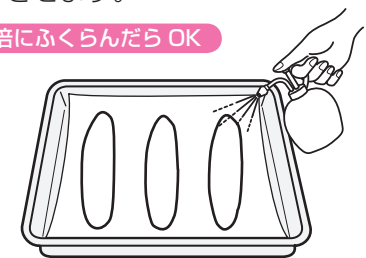


5 中央にベーコンをのせてこしょうをふり、上下を折り合わせてしっかりつまんで閉じます。ころがして形をととのえます。

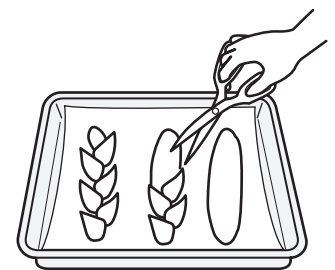


6 クッキングシートを敷いたオープン皿に閉じ口を下にして並べます。霧吹きをし、28℃の場所で約 1 時間発酵させます。

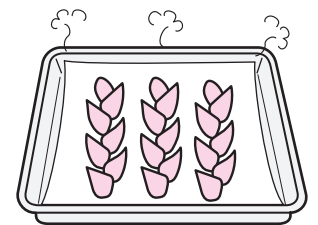
約 2 倍にふくらんだら OK



7 はさみで深く切り込みを入れ、左右交互にふり分けます。



8 約 200℃に予熱したオーブンに生地を入れ、オープン内と生地につっぱりと霧吹きをし、15 ～ 20 分焼きます。



ねり・発酵・焼きの使用法

■各工程の時間・速さ・温度が設定できるメニューです。つくりたいパンの最適な条件が設定できるので、オリジナルのパンづくりが楽しめます。

粉の最少量～最大量 250g～280g

※「ねり」「発酵」「焼き」は、**タイマー予約できません。**

ねり

メニュー番号：20

ねり 設定時間	3分～20分（初期設定3分）
低（低速）	粉合わせ用です。
中（中速）	フランスパンなど、あまり強くねらない生地に適しています。
高（高速）	食パンなど、グルテンをしっかりつくる生地に適しています。



- 「ねり」・「追加ねり」の時間が30分を超えると追加ねりはできません。
- 連続ねり時間が30分を超えたときは、30分程度本体を休ませてから再スタートしてください。
- 粉に対して水の割合が50%未満のかたい生地はねらないでください。（強力粉280gに対して、水分の合計は140ml以上にしてください。）
- パン生地以外の生地はねらないでください。

「速さ：高速・時間：10分」を設定するとき



1 メニュー番号：20を選ぶ



2 速さを「高」に設定する

- 高▶低▶中…の順で選択できます。
- ※初期設定は「高」です。



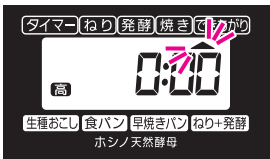
3 時間を設定する

- ▶ 1分単位で進む
- ▶ 1分単位で戻る



4 スタートキーを押す

ねり終了後「追加ねり」をするとき



■ねりが終了し「できあがり」の表示が点滅している状態で設定します。



1 時間を設定する

- 1分単位で1～5分まで追加ねりができます。



2 スタートキーを押す



この追加ねりはスタート時に粉合わせをせず、すぐ連続ねりをします。



■メニュー番号：20 ねり 21 発酵 22 焼き 23 低温長時間発酵 ではスタートしたあとでも、タイマーキー(↑)を押して、時間を延ばすことができます。

※生地の状態を確認しながら行ってください。

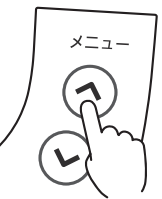
発酵

メニュー番号：21

発酵 設定時間	5分～5時間（初期設定30分）
低（低温）	フランスパンや天然酵母の一次発酵など、低めの温度で発酵させる生地に適しています。
中（中温）	食パンなど、ほとんどのパンの一次発酵に適しています。
高（高温）	成形発酵に適しています。

■パン生地の発酵以外には使わないでください。

「温度：中温・時間：45分」を設定するとき



1 メニュー番号：21を選ぶ



2 温度を「中」に設定する

- 中▶高▶低…の順で選択できます。
- ※初期設定は「中」です。



3 時間を設定する

- ▶ 5分単位で進む
- ▶ 5分単位で戻る



4 スタートキーを押す

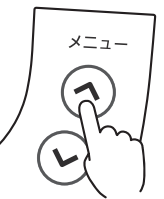
焼き

メニュー番号：22

焼き 設定時間	5分～1時間40分（初期設定5分）
低（低温）	ケーキの焼き温度に適しています。
中（中温）	食パンなどの焼き温度に適しています。
高（高温）	フランスパンなど、糖分が少なく、焼き色がつきにくいパンの焼き温度に適しています。

■パン・ケーキ以外は焼かないでください。
■空焼きはしないでください。

「温度：中温・時間：50分」を設定するとき



1 メニュー番号：22を選ぶ



2 温度を「中」に設定する

- 中▶高▶低…の順で選択できます。
- ※初期設定は「中」です。



3 時間を設定する

- ▶ 5分単位で進む
- ▶ 5分単位で戻る



4 スタートキーを押す

ねり・発酵・焼きメニュー

うずまきパン



ココアペーストを抹茶ペーストに変更して・・・

抹茶うずまきパン

抹茶ペースト	
抹茶	5g
お湯	12g

うずまきパン

材 料	221kcal	
水	150ml	
強力粉	250g	
砂糖	36g	大 4 ½
塩	4g	小 1
バター	30g	
スキムミルク	6g	大 1
ドライイースト	4.2g	B1 × 2

ココアペースト

ココア	6g	大 1
お湯	8g	

カロリー表示

1 斤の ¼ 切あたりのカロリーを表示しています。

※打ち粉は、強力粉をお使いください。

2色の生地をねる

メニュー番号：20

1 生地をねる

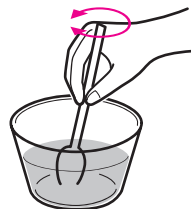
- 材料をパンケースに入れます。
- メニューを設定します。

メニュー番号：20
速さ：高
ねり時間：18分

- スタートキーを押します。

2 ココアペーストを用意する

- 生地をねっている間にココアをお湯でときココアペーストを用意します。



3 ねりが終了したら、取消キーを押さずに生地を取り出して、2分割し、片方のみパンケースに戻す



4 追加ねりをする

- タイマーキーで追加ねりを3分に設定し、スタートキーを押します。

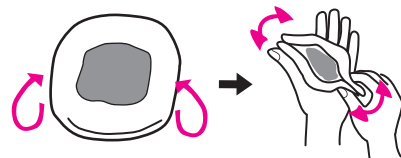


- 取消キーを押してしまったときは、次の設定でスタートしてください。

メニュー番号：20
速さ：高
ねり時間：5分

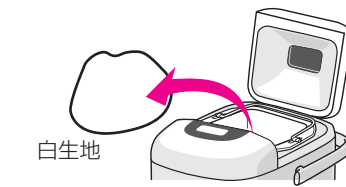
5 取り出したもう一方の生地でココアペーストを包む

- 生地を手で押し広げてココアペーストをはりつけ、両端をつまんでココアペーストを包みます。

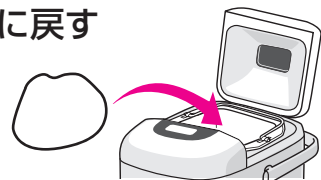


6 4の追加ねりが終了したら、取消キーを押さずに生地を取り出す

- かたくしぼったぬれふきんをかけておきます。



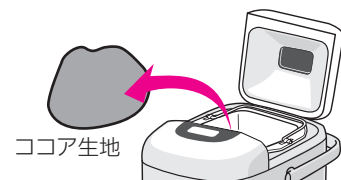
7 5で包んだココアペーストの生地をパンケースに戻す



8 再び追加ねりをする

- タイマーキーで追加ねりを3分に設定し、スタートキーを押します。

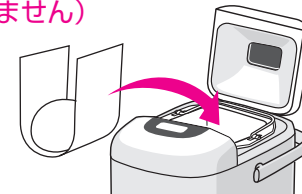
9 終了したら取消キーを押して生地を取り出す



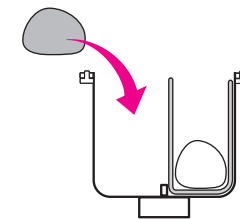
生地を発酵させる

メニュー番号：21

1 片方の生地を幅10cmに切ったクッキングシートにはさんでパンケースに戻す(羽根は付けません)



2 となにもう一方の生地を入れる



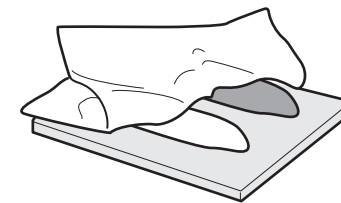
3 発酵させる

- メニューを設定します。

メニュー番号：21
温度：中
発酵時間：50分

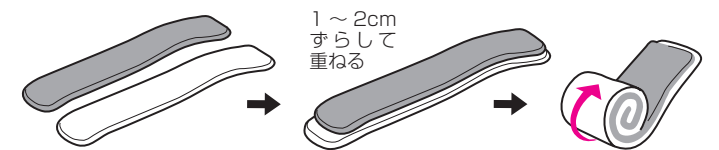
- スタートキーを押します。

4 発酵が終了したら両方の生地を棒状にのばし、かたくしぼったぬれふきんをかけ、15～20分休ませる



5 それぞれの生地を長方形にのばし、白生地とココア生地を重ねて巻く

- それぞれ縦60cm×横13cm(縦50cm×横12cm)の長方形にのばします。
- 白生地の上にココア生地を重ねて手前から巻き込み、巻き終わりをしっかり閉じます。
- ころがして形をととのえます。



生地を巻き込むときに加えて・・・

ココア生地に・・・
くるみ(5mm角にきざむ) 50g

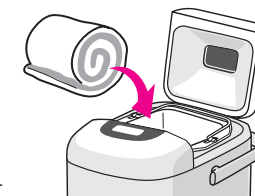
抹茶生地に・・・
甘納豆 70g

6 5の生地をパンケースに戻し、再び発酵させる

- メニューを設定します。

メニュー番号：21
温度：高
発酵時間：1時間

- スタートキーを押します。



7 発酵が終了したら生地の高さを確認する

- 生地がパンケースのふちの高さまでふくらんでいるか確認します。不足の場合はもうしばらくそのまま発酵させます。

発酵した生地を焼く

メニュー番号：22

1 発酵した生地を焼く

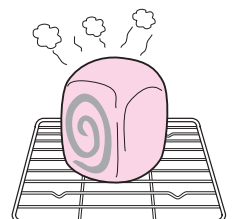
- メニューを設定します。

メニュー番号：22
温度：中
焼き時間：45分

- スタートキーを押します。

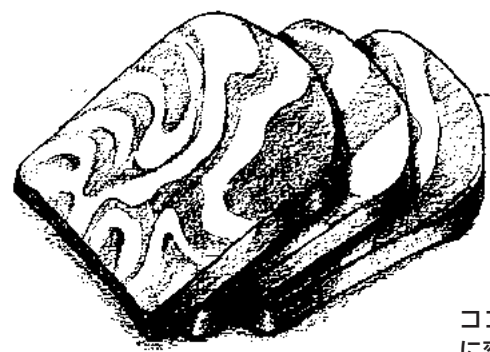
2 ブザーがなったら、取消キーを押してパンケースを取り出す

- パンを網の上に取り出し冷めます。



ねり・発酵・焼きメニュー

マーブルパン



ココアペーストを抹茶ペーストに変更して・・・

抹茶マーブルパン

抹茶ペースト	
抹茶	5g
お湯	12g

マーブルパン

材 料	221kcal	
水	150ml	
強力粉	250g	
砂糖	36g	大 4 ½
塩	4g	小 1
バター	30g	
スキムミルク	6g	大 1
ドライイースト	4.2g	B1 × 2
ココアペースト		
ココア	6g	大 1
お湯	8g	

※打ち粉は、強力粉をお使いください。

2色の生地をねる

メニュー番号：20

1～9 までは P.59 うずまきパンと同じです。

生地の発酵と短いねり（ガス抜き）をする

メニュー番号：20・21

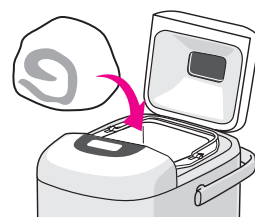
1 それぞれの生地を軽く丸め直してから、四角形にのばし、白生地とココア生地を重ねて巻く

- それぞれ縦 25cm × 横 20cm の長方形にのばします。
- 白生地の上にココア生地を重ねて手前から巻き込みます。

2 棒状にした生地をさらに巻き、ひとかたまりにする

- 棒状にした生地を縦長に置き、さらに巻きます。

3 ひとかたまりにした生地を、羽根を付けたパンケースに戻す



4 発酵させる

1 メニューを設定します。

メニュー番号：21
温度：中
発酵時間：1 時間

2 スタートキーを押します。

5 発酵が終了したら 30 秒～1 分ねる（ガス抜き）

1 メニューを設定します。

メニュー番号：20
速さ：低
ねり時間：初期設定 3 分

2 スタートキーを押します。

3 30 秒～1 分たったら取消キーを 2 秒以上押しつづけて停止させます。

6 再び発酵させる

1 メニューを設定します。

メニュー番号：21
温度：中
発酵時間：30 分

2 スタートキーを押します。

7 発酵が終了したら 20～30 秒ねる（ガス抜き）

1 メニューを設定します。

メニュー番号：20
速さ：低
ねり時間：初期設定 3 分

2 スタートキーを押します。

3 20～30 秒たったら取消キーを 2 秒以上押しつづけて停止させます。

8 パンケースから羽根をはずして再び発酵させる

1 メニューを設定します。

メニュー番号：21
温度：高
発酵時間：50 分

2 スタートキーを押します。

9 発酵が終了したら生地の高さを確認する

■生地がパンケースのふちの高さまでふくらんでいるか確認します。
不足の場合はもうしばらくそのまま発酵させます。

発酵した生地を焼く

メニュー番号：22

1 発酵した生地を焼く

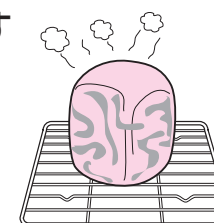
1 メニューを設定します。

メニュー番号：22
温度：中
焼き時間：45 分

2 スタートキーを押します。

2 ブザーがなったら、取消キーを押してパンケースを取り出す

- パンを網の上に取り出し冷まします。



低温長時間発酵の使用法

- 低温で長時間発酵したいときに使用します。
 - ※本製品には冷却機能がついていないため、室温より低い温度に冷やすことはできません。室温に注意してご使用ください。
- 【使用例】
- イーストの量を少なくし、低い温度で長時間発酵させたいとき。
 - 自家製酵母の一次発酵で生地をしっかりと熟成させたいとき。

発酵 設定時間	1 時間～24 時間 (初期設定 12 時間)
低	発酵温度 15～17℃
中	発酵温度 18～20℃
高	発酵温度 21～23℃

「温度：中温・時間：15 時間」を設定するとき

1 メニュー番号：23 を選ぶ

2 温度を「中」に設定する

- 中▶高▶低…の順で選択できます。
- ※初期設定は「中」です。



3 時間を設定する

- ▶ 1 時間単位で進む
- ▶ 1 時間単位で戻る



4 スタートキーを押す

ケーキの使用方法

パウンドケーキ（基本のレシピ）

材 料		177kcal		
A	バター	120g		
	砂糖	170g		
	卵（M サイズ）	200g	4 個	
B	薄力粉	260g		
	ベーキングパウダー	10g	大 0.8	

カロリー表示

1/6 切あたりのカロリーを表示しています。

※「ケーキ」はタイマー予約できません。

- パウンドケーキ風の焼き上がりになります。
- 山形パンより小さめに焼き上がります。

材料・本体の準備

【材料を準備する】

- バターはあらかじめ冷蔵庫から出し、やわらかくしておく。
 - B を合わせてふるっておく。
 - ① A の材料をボウルに入れ、合わせてふるった B を加え、粉っぽさがなくなるまで混ぜ合わせる。
 - ② ①に具を入れて均一になるように混ぜる。
- ※具のないものは①でパンケースに入れてください。

- 1 本体からパンケースを取り出し羽根をセットする。
- 2 パンケースに材料を入れる。
- 3 パンケースを本体に入れ、本体のふたをする。
- 4 電源プラグをコンセントに差し込む。

バナナ&くるみケーキ

材 料		186kcal		
A	バター	100g		
	砂糖	120g		
	卵（M サイズ）	100g	2 個	
B	薄力粉	260g		
	ベーキングパウダー	10g	大 0.8	
具	バナナ（熟れたものをつぶす）	200g		
	くるみ（5mm 角にきざむ）	70g		

アプリコットケーキ

材 料		169kcal		
A	バター	100g		
	砂糖	100g		
	アンズジャム	50g		
B	卵（M サイズ）	150g	3 個	
	薄力粉	260g		
具	ベーキングパウダー	10g	大 0.8	
	干しアンズ（細かくきざむ）	100g		

抹茶&甘納豆ケーキ

材 料		182kcal		
A	バター	120g		
	三温糖	120g		
	卵（M サイズ）	200g	4 個	
B	薄力粉	260g		
	ベーキングパウダー	10g	大 0.8	
具	抹茶	15g		
	甘納豆	90g		

チョコレートケーキ

材 料		185kcal		
A	バター	120g		
	三温糖	130g		
	卵（M サイズ）	200g	4 個	
B	薄力粉	250g		
	ベーキングパウダー	10g	大 0.8	
具	ココア	20g		
	チョコチップ	50g		

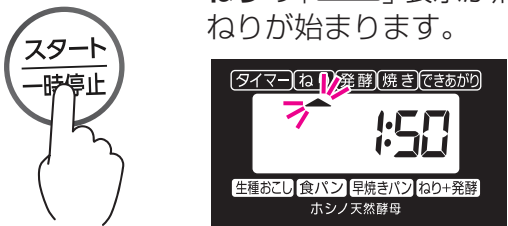
設定・スタート

1 メニュー番号：12 を選ぶ



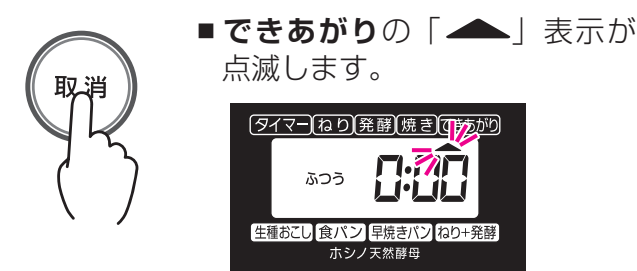
2 「スタートキー」を押す

- ねりの「▲」表示が点滅し、ねりが始まります。



※表示はできあがりまでの残り時間です。

3 ブザーがなったら「取消キー」を押し、パンケースを取り出す



4 電源プラグを抜く

ケーキレシピ

メニュー番号：12

コーヒーケーキ

材 料		182kcal		
A	バター	100g		
	砂糖	150g		
	卵（M サイズ）	200g	4 個	
B	薄力粉	260g		
	ベーキングパウダー	10g	大 0.8	
具	インスタントコーヒー（粉末タイプ）	6g	大 2	
	アーモンドダイス	50g		

キャロットケーキ

材 料		148kcal		
A	バター	100g		
	砂糖	100g		
	卵（M サイズ）	150g	3 個	
B	薄力粉	260g		
	ベーキングパウダー	10g	大 0.8	
具	シナモン	1g	小 1/2	
	すりおろしたにんじん	100g		

オレンジケーキ

材 料		156kcal		
A	バター	100g		
	砂糖	100g		
	卵（M サイズ）	100g	2 個	
B	薄力粉	260g		
	ベーキングパウダー	10g	大 0.8	
具	オレンジピール（5mm 角にきざむ）	50g		
	オレンジキュラソー	15ml	大 1	

いちじくケーキ

材 料		162kcal		
A	バター	100g		
	三温糖	100g		
	卵（M サイズ）	150g	3 個	
B	薄力粉	260g		
	ベーキングパウダー	10g	大 0.8	
具	紅茶の葉	3g	小 2	
	干しいちじく（細かくきざむ）	100g		

フレッシュバター の 使用方法

- 生クリームと塩と水をかくはんするとフレッシュバターが出来ます。
なめらかで口どけの良いバターができます。

※「フレッシュバター」はタイマー予約できません。



バターミルクについて

- バターと分離してできた水分をバターミルクといいます。
パンをつくるときに水のかわりに使うとコクのあるパンに焼き上がります。(P.67 をご覧ください。)
180～200ml できます。(※使う生クリームによってかわります。)
- バターミルクを使ったパンはタイマー予約しないでください。(P.67 をご覧ください。)
- 冷蔵庫で密封保存し、翌日までにお使いください。

本体と材料の準備・設定

メニュー番号：13

- 室温 20～30℃以上の場所で使用してください。
- 室温 30℃以上の場合は冷水(約 5℃)
室温 20℃以下の場合は約 25℃の水をお使いください。

- 生クリームの「種類別」表示が「クリーム」のものをご使用ください。

種 類 別	ク リ ャ ヨ ム	種 類 別	乳 等 を 主 要 原 料 と す る 食 品
乳 脂 肪 分	48.0%	乳 脂 肪 分	48.0%
内 容 量	200ml	内 容 量	200ml
製 造 年 月 日	上 部 に 記 載	製 造 年 月 日	上 部 に 記 載
...	...	...	...

フレッシュバター

材 料 75kcal

生クリーム (冷えたもの)	1 パック (195～200ml)
水 (塩水にしておく)	100ml
塩	6g 小 1 ½

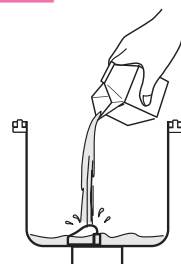
塩を入れずにつくると無塩バターになります。

カロリー表示

10g あたりのカロリーを表示しています。

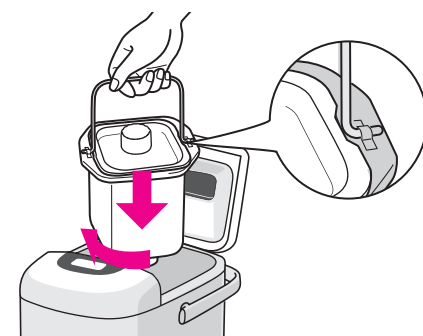
1 本体からパンケースを取り出し羽根をセットする

2 パンケースに材料を入れる



- 生クリーム、塩水を入れます。

3 パンケースに必ず、フレッシュバター専用ふたをして本体にセットする

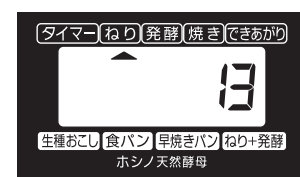
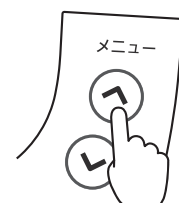


フレッシュバター専用ふたを忘れると、生クリームがとび出して本体内側が汚れる原因になります。

4 電源プラグをコンセントに差し込む

5 メニューを設定する

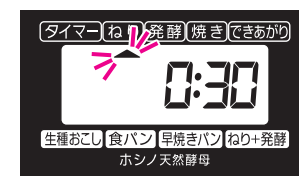
1 メニュー番号：13 を選ぶ



スタート

6 本体のふたは開けたまま「スタートキー」を押す

- ねりの「▲」表示が点滅し、ねりが始まります。



※表示はできあがりまでの残り時間です。

7 ブザーがなったら「取消キー」を押し、パンケースを取り出す

- できあがりの「▲」表示が点滅します。



かたまりができていないとき

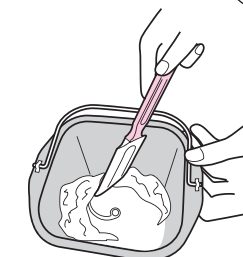
再びフレッシュバターメニューを選び運転させます。
水分がとびはねる音が出てきたらフレッシュバターができています。

できあがり

8 水分を切る



- ①フレッシュバター専用ふたを押さえ、水切り口を下に向け、水を切ります。



- ②ゴムへらでバターを押さえ、水分をしぼり出し、再びフレッシュバター専用ふたを押さえ、水を切ります。

ここでできた水分をバターミルクといいます。

9 フレッシュバターを取り出す



10 電源プラグを抜く

フレッシュバターの保存について

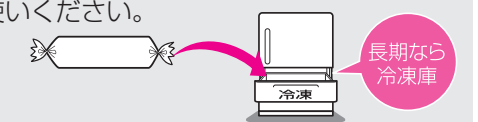
冷蔵保存の方法 (保存期間のめやす：約 1 週間)

- 器に入れてラップをします。
冷蔵庫で保存すると市販のバターと同じようにかたくなります。
パンの材料として使うときは、かたいままでかまいません。
パンにぬりたいときは、やわらかくしてからお使いください。



冷凍保存の方法 (保存期間のめやす：約 1 ヶ月)

- ラップで包み、棒状にして両端をキャンディのようにしぼります。使うときは必要な分量をナイフで切ってお使いください。



フレッシュバター の 使用方法

つくり方

- やわらかくしたフレッシュバターまたは無塩バターに**具**を入れ、ゴムへらなどで均一になるように混ぜる。

フレッシュバターアレンジレシピ

ガーリックバター

材 料	68kcal		
フレッシュバター	50g		
具 -にんにく	5g	1 片	

にんにくはすりおろします。

ハーブバター

材 料	73kcal		
フレッシュバター	50g		
具 -お好みのハーブ	1g	大 1	

パセリ・バジルなど、お好みのドライハーブをお使いください。

ナッツバター

材 料	72kcal		
フレッシュバター	50g		
具 -アーモンドくるみ	5g		
	10g		

アーモンド・くるみは細かくきざみます。150℃のオープンで7～8分焼くと香ばしくなります。



ラムレーズンバター

材 料	51kcal		
フレッシュバター	50g		
具 -レーズン	40g		
ラム酒	15ml	大 1	

レーズンはぬるま湯で洗い水気を切ったあと、ラム酒に3時間以上つけておきます。(ラップを密着させておくとよく浸透します。)水気をよく切ったレーズンを細かくきざみます。

※アルコールをとばしたいときは水気を切ったラム酒づけレーズンを軽く炒ります。

無塩バターアレンジレシピ

サラミバター

材 料	64kcal		
無塩バター	50g		
具 -サラミ	40g		

サラミは細かくきざみます。

アンチョビバター

材 料	68kcal		
無塩バター	50g		
具 -アンチョビ(オイルづけ)	10g	約 2 枚	

アンチョビは細かくきざみます。

ハムバター

材 料	51kcal		
無塩バター	50g		
具 -ハム	40g		

ハムは細かくきざみます。
※ハムのかわりに生ハムを使うこともできます。

明太子バター

材 料	48kcal		
無塩バター	50g		
具 -明太子	30g	中 ½ 腹	
レモン汁	5ml	小 1	

明太子は薄皮に切れ目を入れて開きスプーンで身をこそげ取ります。※明太子のかわりにたらこを使うこともできます。

バターミルク食パンレシピ

バターミルク食パン

材 料			
バターミルク	180ml		
水 (はかりで正確にはかる)	28ml		
強力粉	280g		
砂糖	20g	大 2½	
塩	少々 (0.4g)		
バター	20g		
スキムミルク	6g	大 1	
ドライイースト	2.4g	A1	
無塩バターミルクの場合			
塩	4g	小 1	

バターミルク 180ml を使うとき

(バターミルク 100ml : 水 90ml、塩 2g 入っていると計算します。)

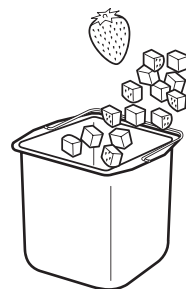
- バターミルク 180ml に含まれている水の量：162ml (180ml × 90% = 162ml)
食パンに必要な水の量は 190ml なので、たりない分の水を加えます。
190ml-162ml = 28ml 水：28ml
- バターミルク 180ml に含まれている塩の量：3.6g (180ml × 2% = 3.6g)
食パンに必要な塩の量は 4g なので、たりない分の塩を加えます。
4g-3.6g = 0.4g 塩：0.4g ※少量なので追加しなくてもかまいません。

ジャムの使用方法

本体の準備・設定

1 本体からパンケースを取り出し羽根をセットする

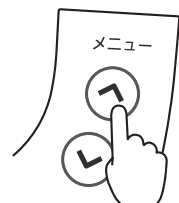
2 パンケースに材料を入れ、本体にセットして本体のふたをする



- ①材料と砂糖をパンケースの中に入れ、パンケースをふり、砂糖が材料全体にいきわたるようにします。
- ② 30 分置き、果物から水分がでてくるのを待ちます。

3 電源プラグをコンセントに差し込む

4 メニュー番号：14 を選ぶ



ジャムの保存について

冷蔵保存の方法 (保存期間のめやす：約 1 週間)

- できあがったジャムは殺菌した保存容器に移してください。



カロリー表示

100g あたりのカロリーを表示しています。

※「ジャム」はタイマー予約できません。



スタート

5 「スタートキー」を押す

- ねり・焼きの「▲」表示が点滅し、かくはん加熱が始まります。



※表示はできあがりまでの残り時間です。

6 ブザーがなったら「取消キー」を押し、パンケースを取り出す

- できあがりの「▲」表示が点滅します。



7 電源プラグを抜く

ジャムレシピ

メニュー番号：14

りんごジャム

材 料	164kcal		
りんご(皮つきのまますりおろす)	400g		
砂糖	150g		
レモン汁	15ml	大 1	

- ①りんごはよく洗い、4つ切りにして塩水につけておきます。
- ②りんごを皮ごとすりおろし、パンケースに入れ砂糖とレモン汁を加えます。

いちごジャム

材 料	152kcal		
いちご (1cm 角に切る)	400g		
砂糖	150g		
レモン汁	15ml	大 1	

キウイジャム

材 料	173kcal		
キウイ (1cm 角に切る)	400g		
砂糖	150g		

ブルーベリージャム

材 料	167kcal		
ブルーベリー	400g		
砂糖	150g		

ヨーグルトの使用方法

★

- 牛乳はできるだけ未開封のものを
用意ください。
- 市販のプレーンヨーグルトを種と
して使います。
- 発酵温度は室温以下にはなりません。

- 発酵カップ・ふた・スプーンは
汚れていると発酵がうまくおこ
なえません。ご使用前に熱湯消
毒をおこなってください。

※「ヨーグルト」はタイマー
予約できません。

タイマー
OK!

【必要な道具】

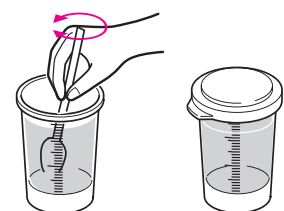
発酵カップ スプーン

ヨーグルト		発酵温度	種となるヨーグルト		発酵時間	
材 料	59kcal	低	カスピ海ヨーグルト・ケフィア	低温で発酵させるヨーグルトに適した発酵温度です。	24 時間	
	牛乳（無調整のもの）					200ml
	プレーンヨーグルト	20g	中	市販のプレーンヨーグルト	酸味の控えめなヨーグルトになります。	8 時間
			高		一般的なヨーグルトに適した発酵温度です。	8 時間

カロリー表示
100gあたりのカロリーを表示しています。

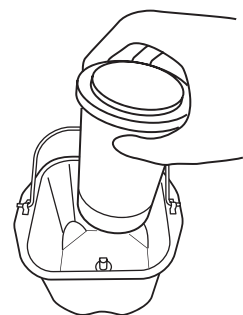
本体の準備

1 発酵カップに牛乳と種となるヨーグルトを入れよく混ぜ、ふたをする。



■発酵カップが温かいときは、先に牛乳を入れてからヨーグルトを入れてください。

2 パンケースを本体にセットして羽根取付軸の上から発酵カップを置き、本体のふたをする。※羽根は取り付けません。



3 電源プラグをコンセントに差し込む

できあがったヨーグルトを種としてつかうとき

- 種つぎは2回ぐらいを目安にしてください。回数が進むと発酵の力が弱まりヨーグルトができにくくなります。
- 種として使うヨーグルトは食べる分とは別に清潔な容器に移してください。

設定・スタート メニュー番号：15

4 メニューを設定する



- ①メニュー番号：15 を選ぶ。
- ②種となるヨーグルトに合わせて発酵温度を選ぶ。



5 「スタートキー」を押す

6 ブザーがなったら「取消キー」を押し、発酵カップを取り出す

- できあがりの「▲」表示が点滅します。
- ブザーがなったらできるだけ早く発酵カップを取り出してください。
- 材料によって固まり具合や味が変わります。
- できあがったヨーグルトは冷蔵庫で保存し、2 日以内にお召し上がりください。

7 電源プラグを抜く

一度にたくさんの量を作りたいとき

- 1 500ml の牛乳パックにプレーンヨーグルトを50g 入れよく混ぜる。
- 2 パンケースを本体にセットし、羽根取付軸の周りに厚めのふきんを置き、パンケース内を平らにし、その上に1 を置きます。
- 3 ～ 6 までは上記と同じです。

ほっくり焼き芋の使用方法

■ほっくり焼き芋はホクホクとした焼き上がりになります。

※「焼き芋」はタイマー予約
できません。

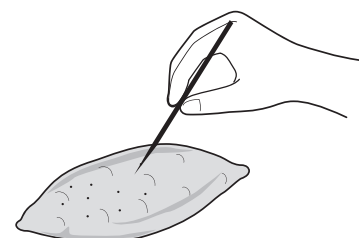


- パンケースからはみ出してさつま芋は入れないでください。（最大量の目安：約 700g）
- さつま芋の種類や状態によって焼き上がりは変わります。

本体の準備

1 本体からパンケースを取り出す。
※羽根は取り付けません。

2 さつま芋の重さを計り、さつま芋全体に竹串などで均一に穴をあける。



[3cm 間隔]

3 さつま芋をアルミホイルで包み、パンケースに入れる。



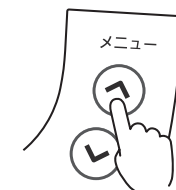
■さつま芋が大きいときはパンケースに入る大きさに切ってください。

4 パンケースを本体にセットし、本体のふたをする。

5 電源プラグをコンセントに差し込む。

設定・スタート メニュー番号：16

6 メニューを設定する。



①メニュー番号：16 を選ぶ。



②タイマーキーで焼き時間を設定します。

ほっくり焼き芋

さつま芋 g	設定時間
150g まで	1 時間 30 分
250g まで	1 時間 50 分
350g まで	2 時間 10 分
500g まで	2 時間 20 分
700g まで	2 時間 30 分

7 「スタートキー」を押す

8 ブザーがなったら「取消キー」を押し、パンケースを取り出す

■できあがりの「▲」表示が点滅します。

注意

- パンケース・焼き芋を取り出すときは必ずミトンなどを使う。やけどの原因になることがあります。特にお子様にはご注意ください。

焼きが足りないとき

- 「メニュー番号：22」「焼き色：中」で焼きを追加してください。

パンケースに茶色い汚れがついたときは

- さつま芋から出た液体が固まったものです。お湯を入れると溶けますので、お湯を入れてしばらく置いたあと、スポンジで洗ってください。

蜜甘焼き芋の使用方法

■蜜甘焼き芋は蜜がたっぷりの甘くねっとりとした焼き上がりになります。

※「焼き芋」はタイマー予約できません。

本体の準備

1～5まではP.70「ほっくり焼き芋」と同じです。

設定・スタート

メニュー番号：17

6 メニューを設定する。



①メニュー番号：17を選ぶ。

②タイマーキーで焼き時間を設定します。

蜜甘焼き芋	
さつまいも g	設定時間
150g まで	2 時間 10 分
250g まで	2 時間 30 分
350g まで	2 時間 50 分
500g まで	3 時間 00 分
700g まで	3 時間 10 分

パンケースに茶色い汚れがついたときは

- さつまいもから出た液体が固まったものです。お湯を入れると溶けますので、お湯を入れてしばらく置いたあと、スポンジで洗ってください。

- パンケースからはみ出してさつまいもは入れないでください。(最大量の目安：約 700g)
- さつまいもの種類や状態によって焼き上がりは変わります。

7 「スタートキー」を押す

8 ブザーがなったら「取消キー」を押し、パンケースを取り出す

- できあがりの「▲」表示が点滅します。

注意

●パンケース・焼き芋を取り出すときは必ずミトンなどを使う。

必ず実施

やけどの原因になることがあります。特にお子様にはご注意ください。

焼きが足りないとき

- 「メニュー番号：22」「焼き色：中」で焼きを追加してください。

お手入れのしかたと保管

警告



水ぬれ禁止

- 本体の丸洗いや水につけたり、水をかけたりしない。

感電・ショートによる火災の原因になります。

注意



電源プラグを抜く

- お手入れするときは、必ず電源プラグを抜く。

感電・けがの原因になることがあります。

お手入れする前に

- 必ず電源プラグをコンセントから抜き、本体が冷めてからお手入れしてください。
- 台所用中性洗剤（食器用・調理器具用）をお使いください。

ベンジン、シンナー、クレンザー、金属製たわし、たわし、化学ぞうきんなどは表面を傷付けますので使用しないでください。



お手入れ ※1回使うごとに必ずおこなってください

本体

- 洗剤をうすめた水かぬるま湯にやわらかいふきをひたし、よくしぼってからふき、よく乾かしてください。
- 本体内側のパンくずなどは、早めにふき取ってください。(異臭や故障の原因になります。)



発酵カップ・フレッシュバター専用ふた

- 台所用中性洗剤とスポンジで洗い、よくすすいで充分乾燥させてください。

発酵カップの中で雑菌が繁殖して腐敗した場合

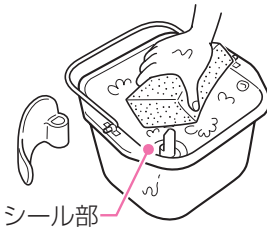
- ①うすめた台所用塩素漂白剤につけ、殺菌します。
- ②よくすすいで充分乾燥させます。



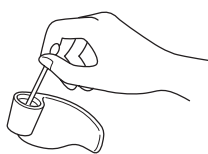
※生種が残っていると雑菌が繁殖して腐敗し、次の生種おこしがうまくできません。

パンケース・羽根

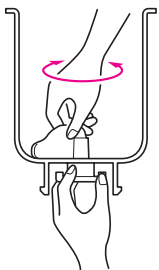
- パンケースの中に羽根がかくれる程度のお湯を入れます。生地がふやけたらお湯を捨て表面のフッ素樹脂加工や羽根取付軸のシール部を傷めないようにスポンジで洗ってください。



- 羽根の穴に詰まった生地は水を含ませてやわらかくしてからようじなどで取り除いてください。



※羽根がはずれにくいときは、羽根をひねりながら引っ張ってください。(手をはさまないようにご注意ください。)



- パンケースに水を入れたまま放置したり、パンケースごと水につけたままにしないでください。(腐食したり、羽根取付軸が回らなくなることがあります。)

- 羽根取付軸のシール部が破損していないか確認してください。
- 塩素漂白剤は使用しないでください。

保管するときは

- お子様の手の届く所や直射日光の当たる場所、温度が高くなる場所（火気や熱源の近くなど）に放置しない。
- 長期間保管するときは、本体・パンケース・羽根の汚れや水分をよくふき取り、充分乾燥させてから保管する。

パンづくりの Q & A

材料について

Q 取扱説明書に書かれている分量より多い（少ない）量でパンはつくれないのでしょうか？

A 量が多いとパンがパンケースからあふれることがあります。量が少ないとうまく焼き上がらないことがあります。取扱説明書通りにつくりましょう。



Q スkimミルクのかわりに牛乳を使ってもかまいませんか？

A 牛乳を入れた分量だけ水を減らしてください。ただし、牛乳が変質することがありますので、タイマー予約は使用しないでください。



Q 米粉パンは一般的な上新粉でつくれますか？

A 粒子が粗く、米粉パンをつくることはできません。必ずパン用米粉をお使いください。（P.8 をご覧ください。）

Q 国内メーカーのドライイーストのかわりに、外国メーカーのドライイーストを使ってもかまいませんか？

A 外国メーカーのドライイーストは、国内メーカーのドライイーストとは性質が異なるためパンがうまくできない場合があります。必ず国内メーカーのドライイーストをお使いください。

Q ホシノ天然酵母パン種以外の天然酵母を使ってもかまいませんか？

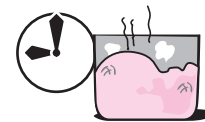
A 天然酵母の種類によって、生種おこしや発酵の条件がかわってきますので、エムケーホームベーカリーでは必ず**ホシノ天然酵母パン種**をお使いください。

Q なぜ 16 時間しかセットできないのですか？

A 材料が変質したり、パンのできあがりが悪くなることからです。特に夏場はタイマー予約の時間を短くセットしてください。

Q なぜ「ごはんパン」・「塩糰パン」・「スイートパン」・「米粉パン（グルテンなし）」・「ケーキ」・「フレッシュバター」・「ジャム」・「ヨーグルト」・「ほっくり焼き芋」・「蜜甘焼き芋」・「ねり + 発酵（生地づくり）」・「発酵 + 焼き」・「ねり」・「発酵」・「焼き」・「低温長時間発酵」・「天然酵母 生種おこし」・「天然酵母 早焼きパン」・「天然酵母 ねり + 発酵」ではタイマー予約ができないのですか？

A 発酵しすぎたり、材料が変質する場合があるからです。



Q なぜレーズン・野菜・卵・牛乳・バターミルクを入れてタイマー予約ができないのですか？

A 野菜・卵・牛乳・バターミルクなどの入ったパンは腐敗する場合があります。レーズンの入ったパンは粒がつぶれて十分にふくらまない場合があります。

できあがりについて

Q パンに変なにおいがつく場合があるのはなぜですか？

A ドライイーストの量が多すぎたり、古い小麦粉やにおいのする水を使うとパンに変なにおいがつく場合があります。



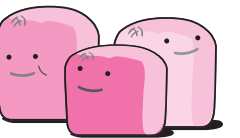
Q パンの内部に大きな穴があるのはなぜですか？

A ガス抜きの際に気泡が 1 か所に集中してしまう場合があります、そのまま焼かれてしまったためです。ただし、味は変わりません。



Q パンの高さ、形、焼き色がつくるたびに異なるのはなぜですか？

A パンは生きものなので室温・水温・材料の質・計量誤差・タイマー予約設定時間・粉の種類・ドライイーストの種類や生種の発酵状態などで、高さ・形・焼き色がかわります。



Q パンの角に小麦粉などがついていているのは？

A パンケースの角に少し小麦粉や生地が混ざらないで残る場合があるためです。パンについた小麦粉はナイフなどで取り除いてください。

Q 材料を入れる順番があるのはなぜですか？

A タイマー予約を使うとき、運転する前にドライイーストが水にふれると発酵が進んでしまい、パンがうまくできない場合があるからです。



Q 夏場に冷水（約 5℃）、冬場にぬるま湯（約 30℃）を使うのはなぜですか？

A 生地の発酵温度は 28℃ 前後が適しています。夏場は生地の温度が高くなるので冷水を入れ、冬場は生地の温度が低くなるのでぬるま湯を入れます。（詳しくは P.10 をご覧ください。）



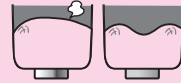
Q アルカリイオン水はパンづくりや生種おこしに使えますか？

A パン生地は中性からやや酸性が適しています。アルカリイオン水を使うと生地がアルカリ性になり、ドライイーストや天然酵母の働きが抑えられてしまい、パンがうまくできないことがあります。生種をおこすときにも使わないでください。

タイマーについて

つくり方について

パンのできばえがおかしいときは

			パンがふくらみ過ぎている	パンのふくらみがたりない (焼き色がうすい) 発酵しすぎ	パンのふくらみがたりない (焼き色がこい) 発酵不足	粉の状態のまま焼けている	まったくふくらまない	パンの焼き色がこすぎる	パンの内側の気泡が大きい	パンの皮がべたつき、側面が大きくへこんでいる	パンを切ったとき、きれいに切れない	ここをたしかめて次から注意してください	参考ページ
													
材料の計量	小麦粉	多すぎたとき	●									材料は正確にはかってください。計量誤差はパンのできに大きく影響します。特にドライイーストをはかるときは、付属のイースト専用スプーンをたたいてはかると多めに入りますので注意してください。 ※粉ははかりではかってください。	5 10
		少なすぎたとき			●								
	ドライイースト・生種	多すぎたとき	●	●					●				
		少なすぎたとき			●								
		入れ忘れたとき					●						
	砂糖	多すぎたとき	●					●	●				
		少なすぎたとき			●								
	水	多すぎたとき	●	●					●				
		少なすぎたとき			●								
室温	高すぎたとき (28℃以上)		●	●								冷水 (約 5℃) を使います。	10
	低すぎたとき (10℃以下)				●							ぬるま湯 (約 30℃) を使います。	
水温	高すぎたとき (25℃以上)		●	●								室温に適した温度の水をお使いください。	
	低すぎたとき (5℃以下)				●								
古いドライイースト・生種・小麦粉を使ったとき					●							材料は新しいものをお使いください。	10
焼き上がったパンをパンケースの中に長時間放置したとき								●		●		焼き上がったらできるだけ早くパンを取り出してください。	16
パンが十分に冷めないうちに切ったとき											●	パンが冷めてから切ってください。	17
羽根が付いていなかったとき						●						羽根は確実に羽根取付軸に取り付けてください。	7

修理を依頼する前に

- 次の点検をしてもなお不具合が生じるときは、お買い上げの販売店でご相談・点検をご依頼ください。
- ご自分での分解や修理は危険ですから絶対にしないでください。

こんなときに								参考ページ
	スタートキーを押しても動かない	タイマー予約ができない	蒸気口や本体ふたの周囲からわずかに煙がでる	パン生地がねりができない	焼き上がったパンの中に羽根がうもれている	タイマー予約でパンができていない	途中で止まっていた	
お調べいただくこと								
電源プラグが抜けていませんか	●							15
本体内部が高温になっていませんか (E:01 を表示)	●							77
メニューを選びましたか	●							16
タイマー予約の方法をまちがえていませんか		●						14
「ごはんパン」「塩糰パン」「スイートパン」「米粉パン (グルテンなし)」「ケーキ」「フレッシュバター」「ジャム」「ヨーグルト」「ほっくり焼き芋」「蜜甘焼き芋」「ねり+発酵 (生地づくり)」「発酵+焼き」「ねり」「発酵」「焼き」「低温長時間発酵」「天然酵母 生種おこし」「天然酵母 早焼きパン」「天然酵母 ねり+発酵」のコースを選んでいませんか		●						14
材料がヒーターの上にこぼれていませんか			●					16
本体は新しいですか			●					16
羽根を付け忘れていませんか				●				15
羽根を確実に取り付けましたか					●			15
水の量は適切でしたか				●				15
タイマー予約の時間をまちがえていませんか						●		14
電源プラグを抜いたり、取消キーをさわりませんでしたか						●	●	77
停電がありましたか						●	●	77

こんな表示がでたときは

■ スタートキーを押したら



ふつつ E:01
E:01 が点滅している

■ 本体内部が高温 (38℃以上) になっている。
■ 焼き上げ直後、再び使用すると表示されます。
また「ねり」終了後に使用すると表示される場合があります。

▶ ふたを開けてパンケースを取り出し、冷ましてください。
E:01 が消えたらスタートキーを押してください。

■ 使用中に



表示が点滅している

■ 使用中に停電があった。
途中で電源プラグを抜いたり、ブレーカーが切れた場合も含まれます。

▶ 生地を取り出し、新しい材料で最初からやり直してください。

■ できあがったら



ふつつ 4:00

■ ねり・発酵中にパン生地温度が適温より高かった。



ふつつ 1:00

■ ねり・発酵中にパン生地温度が適温より低かった。
(寒冷地で発生する場合があります。)

▶ 次からはパンづくりに適した温度 (15 ~ 28℃) の場所でお使いください。

上記以外の表示が出たときは、お買い上げの販売店または裏表紙の問い合わせ先に点検・修理をご相談ください。

仕様

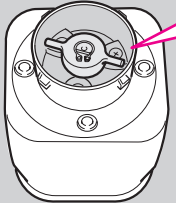
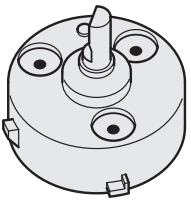
形式		HBK-101
電源		100V (50/60Hz)
消費電力	ヒーター	360W
	モーター (50/60Hz)	90/80W
定格消費電力		380W (ジャムメニュー時)
粉の容量 (強力粉)		280g
食パンの形		山形パン
タイマー予約		16 時間まで
安全装置		温度ヒューズ (192℃)
電源コード		約 1.2m
製品寸法		幅 23 × 奥行 34.5 × 高さ 29cm
質量		約 5.5kg
付属品		大小スプーン・イースト専用スプーン・計量カップ・発酵カップ (ふた付き)・フレッシュバター専用ふた

アフターサービスについて

修理サービスについて

- ご使用中に異常が生じたときは、お使いになるのをやめ、電源プラグをコンセントから抜いてお買い上げの販売店または裏表紙のお問い合わせ先にご相談ください。
- この製品の補修用性能部品は、製造打ち切り後最低 6 年間保有しています。補修用性能部品とは、その製品の機能を維持するために必要な部品のことです。
- 保証期間経過後の修理については、販売店にご相談ください。修理によって機能が維持できる場合、お客様のご要望により有料で修理いたします。

消耗部品について

消耗部品	こんなときは部品交換 (有料) が必要です。 お買い上げの販売店またはお客様相談窓口へご相談ください。	部品コード
■ 羽根 	■ フッ素樹脂がはがれた場合	HB-C300Z
■ パンケース 	■ フッ素樹脂がはがれた場合	HB-2850Z
■ パンケース用軸受け 	■ 交換部品  パンケース底に付いています。	HB-2811Z
	■ 羽根取付軸に羽根を取り付けた状態で手で回しても羽根が回らない ■ 材料が底面からもれてくる ■ 生地に灰色や黒色のものが混ざってくる	

自動ホームベーカリー 保証書

持込修理

製品名	自動ホームベーカリー	形式	HBK-101
保証期間	本体 1 年間（消耗部品を除く）	※お買い上げ日	年 月 日
※お客様	〒 TEL ご住所 お名前 様	※販売店	住所 店名 TEL 印

本書の※印欄に記入のない場合は無効となりますので、直ちに買い上げの販売店にお申し出になるか、またはお買い上げ年月日・販売店名を証明する領収書などを添付してください。本書にご記入いただいたお客様の個人情報は商品の修理対応のために使用し、それ以外に使用したり第三者に提供することは一切ございません。

本書は、本書記載内容で無料修理させていただくことをお約束するものです。

- 取扱説明書・本体貼付ラベルなどの注意書に従った正常な使用状態で、保証期間内（お買い上げ日から 1 年間）に故障した場合には、商品と本書をご持参、ご提示のうえ、お買い上げの販売店に修理をご依頼ください。無料修理をさせていただきます。
- ご転居・その他などで、本書に記入してあるお買い上げの販売店に修理を依頼できない場合には、下記の連絡先にお問い合わせください。
- 保証期間内でも、次の場合には有料修理となります。
 - (イ) ご使用上の誤り、および不当な修理や改造による故障および損傷。
 - (ロ) お買い上げ後に落とされた場合などによる故障および損傷。
 - (ハ) 火災・公害・異常電圧および地震・雷・風水害その他の天災地変など外部に原因がある故障および損傷。
 - (ニ) 業務用または一般家庭用以外にご使用の場合の故障および損傷。
 - (ホ) 本書のご提示がない場合。
 - (ヘ) 本書にお買い上げ年月日・お客様名・販売店名の記入のない場合、あるいは字句を書き換えられた場合または本書に記入がなくお買い上げ年月日・販売店名などを証明する領収書などがない場合。
 - (ト) 消耗部品（パンケース・羽根・パンケース用軸受け）が損傷し、取り替えを要する場合。
- 本書は日本国内においてのみ有効です。
This warranty is valid only in Japan.
- 本書は再発行致しませんので紛失しないように大切に保管してください。

修理メモ

★この保証書は、本書に明示した期間、条件のもとにおいて無料修理をお約束するものです。従ってこの保証書によってお客様の法律上の権利を制限するものではありません。保証期間経過後の修理、補修用性能部品の保有期間などについて、詳しくは P.78 「アフターサービスについて」をご覧ください。なおご不明の場合はお買い上げの販売店、または当社（〒 387-8603 長野県千曲市雨宮 1825 TEL 026(272)4111(代)）にお問い合わせください。

こんな症状は
ありませんか

- 電源コード・プラグが異常に熱い。
- 本体が異常に熱かったり、こげくさい臭いがする。
- 製品にさわるとビリビリ電気を感じる。
- その他の異常や故障がある。

こんな
ときは

このような症状のときはコンセントから電源プラグを抜き、販売店に点検をご相談ください。

お客様相談窓口 この製品の使用方法、アフターサービス並びに品質に関するお問い合わせは、

■エムケー精工 お客様相談窓口

〒 387-8603 長野県千曲市雨宮 1825

■フリーダイヤル ☎ 0120-70-4040

■通常電話番号 026 (272) 4111 (代表)

■FAX 026 (274) 7089

■受付時間 月曜日～金曜日 午前 9 時～午後 5 時
(祝日および弊社休業日を除く)

Let's enjoy the future!

 **エムケー精工株式会社**

〒387-8603 長野県千曲市雨宮 1825
TEL 026 (272) 4111 (代)
FAX 026 (274) 7089 (代)

【支店】

札幌支店	〒004-0841	札幌市清田区清田一条1-9-21	TEL 011(881)7311
仙台支店	〒983-0023	仙台市宮城野区福田町4-14-22	TEL 022(258)3861
東京支店	〒125-0062	東京都葛飾区青戸8-3-5MK東京ビル3F	TEL 03(3604)6441
静岡支店	〒422-8035	静岡市駿河区宮竹1-13-5	TEL 054(238)0111
新潟支店	〒950-0923	新潟市中央区姥ヶ山2-18-15	TEL 025(287)0911
長野支店	〒387-0007	長野県千曲市大字屋代4299-1	TEL 026(272)8701
名古屋支店	〒453-0855	名古屋市中村区烏森町6-109	TEL 052(461)7261
金沢支店	〒920-0025	金沢市駅西本町2-8-8	TEL 076(264)1115
大阪支店	〒564-0043	大阪府吹田市南吹田3-6-4	TEL 06(6386)5800
広島支店	〒731-0138	広島市安佐南区祇園3-36-28	TEL 082(871)7355
福岡支店	〒812-0061	福岡市東区筥松1-2-31	TEL 092(612)1077

【営業所】

高松営業所 〒761-8062 高松市室新町3-5 B棟102 TEL 087(868)6781

◎ HB-D41720