

# フルヒテブロット(Fruchtebrot)

Fruchte・・フルーツ Brot・・パン  
イースト菓子

(八木淳司シェフ・日東製粉ベーキングセミナー 99.10.19)



## 【配合】 3個分

### (イースト生地)

生イースト	30g
牛乳	125g
グラニュー糖	50g
強力粉	250g
薄力粉	250g
卵黄	2個分
ヴァニラ	少々
レモンの皮	少々
溶かしバター(無塩)	200g
塩	少々

### (詰めもの)

プルーン(ドライ)	300g
イチヂク(ドライ)	200g
レモンピール	100g
オレンジピール	100g
レーズン	200g
アーモンドスライス(ロースト)	100g
ラム酒	10g
シナモン(粉末)	少々
生イースト	20g
強力粉	100g

### (仕上げ)

ドレンチェリー(半割) 適量

## 《作り方》

### (中種)

- ① 生イーストを細かくほぐしてボールに入れ、牛乳を約半量(100g位)を加えてホイッパーでよく混ぜます。合わせてふるっておいた粉類をすこしずつ加え、砂糖もひとつまみ加えてよく混ぜます。  
\* 粉の量は牛乳の量で異なります。ホイッパーの跡が軽く残るくらいの粘度があるのが目安です。



- ② ボールのまわりをきれいにし、表面に粉をふるいゴムベラを入れたまま(発酵の目安となるので)30℃くらいのところで約15分発酵させます。生地が2倍位に膨らみ、表面の粉が割れてくれば発酵完了です。

### (生地)

- ① ミキシングボールに中種を入れ、残りのグラニュー糖、粉類、溶いた卵黄、ヴァニラ、レモンの皮を加えて練ります。粉っぽさがなくなったら溶かしバターと塩を加えます。

- ② 生地はぼろぼろとしていても全体がひとつにまとまれば良く、あまりこねすぎると油がでてきてしまいますので気をつけましょう。
- ③ 台の上に打ち粉をふり、生地を軽くこねます。分割し丸めて暖かいところで約10分休ませます。

#### (詰めもの)

- ① フルーツ類は細かく刻み、レーズン、アーモンドスライス、ラム酒、シナモンを加えて混ぜ合わせます。
- ② 生イーストを細かくほぐして加え、強力粉も加えて全体が馴染む程度に混ぜます。粉の量は様子で加減してください。ばらばらとした状態になればよいです。15分程休ませます。

#### (仕上げ)

- ① 打ち粉を台にふり、厚さ5mm位の長方形もしくは正方形にのばします。
- ② 中央に帯状にフルーツをこんもりとのせ、両端に溶き卵をぬります。生地をもってきて中央で合わせて止めます。左右も押さえて止め、余分は下に折り込むか、多いようならば切り取ります。



- ③ とじめを下にして天板にのせ、表面に卵をぬります。残った生地で模様をつけ、ドレンチェリーで飾ります。模様部分にも卵をぬります。
- ④ 180℃のオーブンで約20分焼きます。

- \* ドライフルーツは熱を加えるとどろっとしやすいですが、イーストを加えることによりふわっと焼きあげます。
- \* 3cm位の幅にカットします。日持ちはエージレスを入れて約2週間です。

