

エビちゃん食育隊プロデュース  
動物パンとベーグルを作ろう♪♪



★練乳クリームサンドスティック★

★チーズベーグル★

★動物パン★

## ベーグル

<材料> 練乳クリームサンドスティック・チーズベーグル共通

◆ベーグル生地 6~7個分

強力粉	200 g
砂糖	6 g
塩	4 g
生クリーム	20 g
イースト	5 g
水	100 cc
種※	20 g . . . 抜いたときは水を増やす

※種 出来上がり 600 g

イースト	1 g
ぬるま湯	100 cc
砂糖	20 g
はちみつ	2 g
レーズン	50 g

- 1日目 材料を全て溶かす。  
密閉容器で1晩ねかす。
- 2日目 こして、同量の粉を混ぜる。  
外で1時間発酵。  
冷蔵庫で1晩発酵。
- 3日目 同量の粉と水を混ぜる  
外で1晩発酵させる。



2日目



3日目

## 練乳クリームサンド・スティックベーグル

### <材料>6人分

◆ベーグル生地 6個 (2ページの生地)

◆練乳クリーム 6個分 (1個分20g)

#### 材料

マーガリン	80g
塩	0.8g
砂糖	12g
練乳	42g
(コンデンスミルク)	

### <作り方>

1. 生地を伸ばす (4ページを参考)  
棒状に形を整える
2. オーブンに湯せんをして、約30分2次発酵させる
3. 表面に斜めに2~3本切れ目を入れる
4. オーブンを230~240度に温め、7~8分焼く
5. 練乳クリームを作る  
マーガリンを常温でやわらかくする  
砂糖と塩を入れて混ぜる  
練乳を2回に分けて入れて混ぜ合わせる
6. パンが冷めたら、横に切れ目を入れて練乳クリームをはさむ

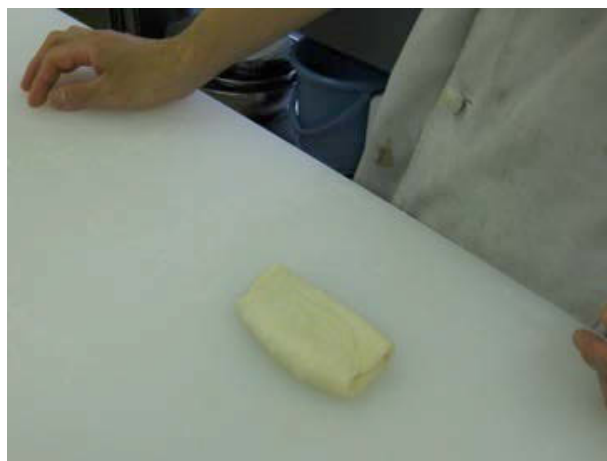
## チーズベーグル

### <材料>6人分

- ◆ベーグル生地 6個 (2ページの生地)
- ◆ナチュラルチーズ 60g (1個分 10g)  
溶けるチーズ 120g (1個分 20g)

### <作り方>

1. チーズを1センチ角のサイコロ状に切る
2. 台に軽く打ち粉をして、生地を伸ばして折りたたむ (1次発酵済み)  
※皮が乾きやすいので注意



3. 棒状にして、細長く伸ばす



4. 生地を平たく伸ばして、チーズを包む



5. ドーナツ状に丸める



6. オーブンで湯せんをして、約 30 分 2 次発酵させる

7. 鍋に湯を沸かし、発酵した生地を 15~30 秒ゆでる

8. 溶けるチーズをのせる

9. オーブンを 230~240 度に温め、12~13 分焼く

## 動物パン

### <材料>6人分

#### ◆カメパン生地 6~7個分

強力粉	160 g
薄力粉	40 g
砂糖	30 g
練乳	10 g
塩	3 g
玉子	1個 (40 g)
水	90 cc (玉子+水=130 g)
マーガリン	24 g
イースト	7 g

#### ◆チョコカスタード 6個分 (1個分 30g)

牛乳	100 g
グラニュー糖	20 g
薄力粉	8 g
バター	8 g
卵黄	1個 (16 g)
チョコレート	30 g

### <作り方>

1. 台に軽く打ち粉をして、生地を甲羅と手足に分ける (1次発酵済み)  
甲羅の生地を丸く伸ばしてチョコクリームを包む



2. 残りの生地を伸ばして手足を作り、チョコクリームを包んだ甲羅の生地をのせる



3. または手足をひとつずつ小さく丸めて、チョコクリームを包んだ甲羅の生地につける



4. オーブンで湯せんをして、約40分2次発酵させる

5. 発酵したら、てり玉（卵黄）を塗って、チョコで甲羅の模様を描く



6. オーブンを220~230度に温め、5~10分焼く（焼きすぎ注意）