

よくばり茎ブロッコリー フレッシュブーケのフォカッチャ

<< 焼いたブロッコリーのスティックの美味しさを味わう >>

----材料 (17cm×25cm の型 1 台分) ----

茎ブロッコリー	6本
強力粉	150g
薄力粉	50g
ドライイースト	3g
砂糖	6g
塩	4g
ぬるま湯 (40℃前後)	130g
オリーブオイル	15g
ローズマリー	2枝
仕上げ用オリーブオイル	適量
飾り塩	

* 準備 型にオリーブオイルを塗っておく

----- 作り方 -----

- ① ボウルに、強力粉、薄力粉、ドライイースト、砂糖を入れて混ぜ合わせ、中央をくぼませる。くぼみに、塩、ぬるま湯、オリーブオイルを入れて混ぜ合わせる。
- ② 生地がひとつにまとまったら台に取り出し、表面が滑らかなるまでこね、丸めてボウルに入れる。
- ③ 一次発酵 35℃、50～60分。
- ④ 生地が約2倍の大きさになったら取り出し、1cm幅に切ったスティックブロッコリー2本を包み込む。ラップをかけて15分間休ませる。
- ⑤ 生地を型よりひと回り小さくのばし、型に入れ、割りばしで、表面に3cm間隔で穴をあける。
- ⑥ 茎ブロッコリー4本を、生地に埋め込むように置く。生地の部分に仕上げ用オリーブオイルを塗り、ローズマリー、塩を飾る。
- ⑦ アルミホイルを全体にかけ、200℃のオーブンで約23分間焼く。アルミホイルを外し、2分間仕上げ焼きする。



※POINT
ブロッコリーが焦げないようにアルミホイルをかけて焼く

