



# 方面包

食谱作者 V-ZUG 瑞族



制备过程	30 分钟
等待时间	12 小时
烘烤的时间：烘烤时间取决于机器	1 小时 50 分钟
份	1
电器	CombairSteamer V2000 自 2021 年

由柔软蓬松的斯佩尔特面团制成

## 早餐

200 ml 水

150 克 精制斯佩尔特面粉

## 面团

早餐

250 克 精制斯佩尔特面粉

1½ 茶匙 食盐

¼ 块 酵母 (约10克)

100 ml 水

## 制作成型

防粘的葵花籽油

面粉，用于制作成型

## 早餐

将面粉放入碗中。把水烧开，倒在面粉上。搅拌均匀，让其冷却。  
加盖后放入冰箱静置整晚。





## 面团

---

在碗中将所有配料揉成柔软湿润的面团。

将面团揉成圆球。放进一个碗里，将其置于内腔底部，使用专业烘焙发酵模式，在32°C下饧发1小时，使面团发酵至两倍大。

## 制作成型

---

给蛋糕模涂油防粘。

将面团放在撒了面粉的操作台面上，然后切成两半。分别从四边拉伸每一份面团并向中心折叠。将它们并排放入蛋糕模中。撒上面粉。

发酵20分钟。

## 烘烤

---

使用撒粉专业烘焙模式将蒸烤一体机内腔预热至 200 °C。

将面包放在中间层的烤盘上烤40分钟。

将面包从模具中取出，再烤10分钟。

让面包在烤架上冷却。

## 烹饪步骤

---

在 发酵专业烘烤技术 期间为 **32 1 小时**°C

在面团发酵后继续加工。

将发酵桶预加热 热风 到 **200 °C**

预热完成。推入食物。

在 表面撒面粉专业烘烤技术 期间为 **200 40 分钟**°C

将烤好的食物脱模。继续烘烤。

在 热风 期间为 **200 10 分钟**°C

## 配件

---

蛋糕模长约20厘米

烤盘

烤架

## 附加信息

---

创建时间

26.01.2022

