

# Pain à la Carotte / Betterave rouge キャロット / ベトラーフ (ビーツ) 野菜パン



(株)オリーブドゥリュック  
Luc DOUMENGE

## 生地 (塩パン、フランスパン、チャバッタ、フォカッチャ)

パン生地 1200g + 240g  
キャロットラペ酢漬け または 13 個分  
ベトラーフルーージュ (赤ビーツダイスカット)

パン生地 110g → 焼成後 100g

☆練りこむ前にキャロットラペはざっくり切って、ベトラーフルーージュはそのまま、水分を乾燥させると酸味が飛び、甘みが出ます。

キャロット 440g (1缶分) →

乾燥後 240g (15分 / 200°C)

ベトラーフ 530g (1缶分) →

乾燥後 340g (15分 / 200°C) → 240gを使用

焼成5~6分 (上 310°C 下 280°C)



# Pain à la Tomate セミドライトマト野菜パン

生地(塩パン、フランスパン、チャバッタ、フォカッチャ)

パン生地 2400g + 25 個分  
セミドライマトダイスカット(オイルを抜く) 1パック  
☆オイルはあとで使います

パン生地 110g → 焼成後 100g

☆焼き上がり後、とっておいたオイルを全体に塗る。



# Pain aux Olives 健康パン(オリーブ塩パン)

生地(塩パン、フランスパン、チャバッタ、フォカッチャ)

パン生地 1200g + 13 個分  
グリーンオリーブ(スライス) 120g  
ブラックオリーブ(スライス) 120g

