

ソーダブレッド

調理時間：40分

材料 (1個)

全粒粉	170g
小麦粉（強力）	170g
塩	小さじ ½
ベーキングソーダ	小さじ ½
牛乳	290ml
食酢	大さじ 2

コツ

☆ もっと甘くて柔らかいパンにしたかったら、2で砂糖を大さじ1加える。

☆ 3で牛乳を加える前にレーズンやナッツを加えてもおいしい！

手順

1. 牛乳に食酢を混ぜ入れて、固まるまで待つ（5-10分）。
2. 待っている間に、オーブンを200度にあたためる。全粒粉、小麦粉、ベーキングソーダ、塩を一緒に振るってボウルに入れる。
3. ボウルの中央にくぼみを作り、1で固めた牛乳を加えて混ぜ合わせる。手でひとつにまとめる。
4. 打ち粉をした台でパン生地をかるくこねる。
5. パン生地をまるく成形して、少し平らにつぶす。天板の上に少し打ち粉をしたベーキングシートをしき、生地を乗せる。生地の上に「×」の切りこみを少し入れる。
6. オーブンでこんがりするまで焼き上げる（30分くらい）。（裏をたたくとボコボコと音を立てるはず）
7. 網の上に置いて少し冷ます。
8. 完成。

Soda Bread

Prep. Time: 10分
Cooking time: 30分
Makes 1 loaf

Ingredients

Wholemeal Flour	170g
Plain Flour	170g
Salt	½ teaspoon
Baking Soda	½ teaspoon
Milk	290ml
Vinegar	2 tablespoons

Tips

☆ If you would like a softer sweeter bread, add a tablespoon of sugar to the flour mixture in step 2

☆ Add raisins or nuts in step 3 before pouring in the milk for a fruity bread!

Steps:

1. Stir the vinegar into the milk and leave for 5-10 minutes until curdled.
2. Preheat the oven to 200 °C. Add the wholemeal flour, plain flour, salt and baking soda into a bowl and mix well.
3. Form a well in the center of the bowl, and add the milk, mixing with your hands until a soft dough is formed.
4. Knead the dough briefly on a lightly floured flat surface.
5. Form a ball with the dough, flatten slightly, place on a lightly floured baking sheet and cut a cross on the top.
6. Bake for 30 minutes or until browned. The bread should make a hollow sound when tapped on the bottom when done.
7. Serve warm or leave to cool on a wire rack.

