

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
		1	2	3	4	5
6	 <p>10:30-13:00 テーブル・ロール&amp; パン・オ・鹿の子</p>	8	 <p>10:30-13:00 ライサワー種セーグル・ノア &amp;カルダモン・ロール</p>	10	 <p>13:30-16:00 テーブル・ロール&amp; パン・オ・鹿の子</p>	 <p>10:30-13:00 ライサワー種セーグル・ノア &amp;カルダモン・ロール</p>
 <p>13:30-16:00 テーブル・ロール&amp; パン・オ・鹿の子</p>	14	 <p>10:30-13:00 ライサワー種セーグル・ノア &amp;カルダモン・ロール</p>	16	17	 <p>10:30-13:00 ライサワー種セーグル・ノア &amp;カルダモン・ロール</p>	19 <b>Closed</b>
20	 <p>10:30-13:00 ライサワー種セーグル・ノア &amp;カルダモン・ロール</p>	22	 <p>10:30-13:00 テーブル・ロール&amp; パン・オ・鹿の子</p>	24	 <p>13:30-16:00 ライサワー種セーグル・ノア &amp;カルダモン・ロール</p>	 <p>10:30-13:00 テーブル・ロール&amp; パン・オ・鹿の子</p>
 <p>13:30-16:00 ライサワー種セーグル・ノア &amp;カルダモン・ロール</p>	28	 <p>10:30-13:00 テーブル・ロール&amp; パン・オ・鹿の子</p>	30	31		



# Lintu

## May

### 対面レッスン

春を通り越したような気候の日もあれば、再び肌寒かったりと不安定な天候が続いておりますが、5月は新緑を楽しめる過ごしやすい季節になることを期待したいですね。  
 5月の自家製酵母のレッスンは、ライ麦と水から起こすライサワー種です。この酵母でライ麦の風味を楽しむドイツパン、クルミ入りのライサワー・ブレッド「セーグル・ノア」を作ります。またやはりライサワー種を使いカルダモンを効かせた北欧のスイーツ・ブレッド「カルダモン・ロール」を作ります。  
 基本レッスンでは、毎日の食卓に欠かせない「テーブル・ロール」と緑茶生地と鹿の子豆をあわせた「パン・オ・鹿の子」を作ります。



#### ＜初心者～＞バター・ロール & パン・オ・鹿の子 参加費6,000円

今月の基本レッスンは、食パンに続いて日ごろなじみ深い「バター・ロール」です。この生地を習得すると色々なお惣菜パンも作れるようになります。

あわせて新緑の季節らしく緑茶生地と鹿の子豆を巻き込んだ「パン・オ・鹿の子」を作ります。甘い鹿の子豆にほんのりした苦みの緑茶生地がよく合います。

お持ち帰りいただく生地はバター・ロールの生地をお作りいただきます。

ご用意する生地には自家製酵母を使いお作りしますが、お持ち帰りいただく生地を使う酵母はご経験のレベルを考慮して選択させていただきます。



#### ＜中級～＞ライサワー種 セーグル・ノア & カルダモン・ロール 参加費6,000円

今月の自家製酵母のレッスンは、ライ麦と水から起こすライサワー種です。自分で起こすライサワー種は優しい酸味になり、実はライ麦って美味しい！と感じていただけたと思います。ライ麦パン初心者の方、苦手な方にはぜひライ麦パンへの入り口としてぜひお試しいただきたい酵母です。このライサワー種でクルミを入れたセーグル・ノアを作ります。

あわせて作るのは、やはりライサワー種を使い、カルダモンを効かせたスウェーデンのスイーツ・ブレッドの「カルダモン・ロール」を作ります。焼成中にカルダモンの甘さと清涼感のある香りをお楽しみいただけます。

お持ち帰りいただく生地は、セーグル・ノアをお作りいただきます。(フィリングはご用意ください) このレッスンではライサワー種の起こし方もご説明いたします。

\*こちらのレッスンはパン作りご経験者向けの内容となります。



### オンライン、動画レッスン

オンライン・レッスン 購入費：3,000円  
 動画+レシピ 購入費：2,000円  
 詳細、動画についてはHPをご参照ください

パン作りの工程、酵母の起こし方の工程の動画とレシピのセットです。  
 可能なレッスン・メニューについてはHPをご参照ください。

