

Pain

(一社)日本パン技術研究所の製パン情報誌
～パンを作る人、パンを楽しむ人のための情報誌～
www.jibt.com

7号

第72巻7号
July.2025

雑誌「パン」



レーズンペーストチャバタ



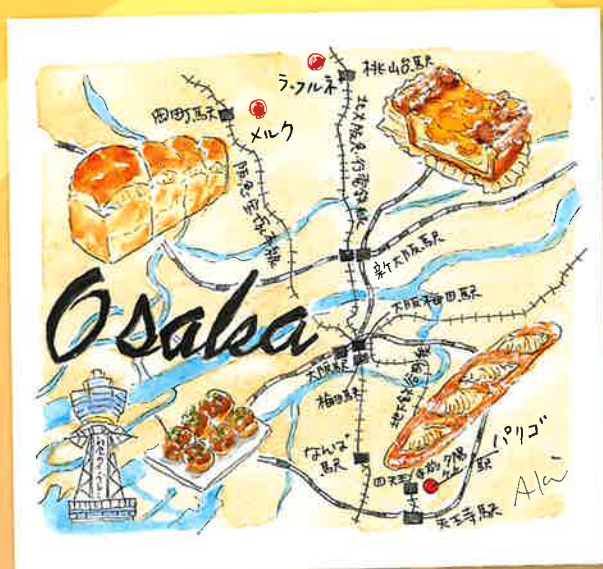
カリフォルニア・レーズンペーストクリームパン



●【特別企画／シリーズその13】

油脂の飽和脂肪酸、トランス脂肪酸の課題

●リテールベーカリーの新しい風 第34回



パンのある生活
秋山洋子
「パン旅～関西・大阪編」

マーケティング「焼き込み調理パン」

Pain



JIB はみだし授業
マーケティング「焼き込み調理パン」

4

【特別企画／シリーズその 13】
油脂の飽和脂肪酸、トランス脂肪酸の課題

8



リテールベーカリーの新しい風
第 34 回「働き方改革を推進、新時代のベーカリーを追求」

12

パンのある生活 No.26
「パン旅～関西・大阪編」

16



パンを“もっと”楽しむ、12ヶ月のアイデア vol.123

18

ドイツからのパンだより (124)

20

日本の元気なパン屋さん
FtoBREAD

23



原料メーカーから提案するパン・菓子製品
(株) ADEKA

26

カリフォルニア・レーズンレシピ
～レーズンペーストを活用した製パン実演セミナー～

28

講習会 「日本のパンの黎明期を牽引した製パン技術の伝承」開催のお知らせ

日時

2025年8月27日(水曜日)
10:00～17:00(集合時間 9:50)

場所

日本パン技術研究所 6階実習室
東京都江戸川区西葛西6-19-6 パン科学会館

講習内容

「日本のパンの黎明期を牽引した製パン技術の伝承」
／小田嶋恭之助先生

講習予定アイテム (8品目)

ホップス種イギリスパン (イギリス)、サンフランシスコサワーブレッド (アメリカ)、パウアンブロット (ドイツ)、プンパーニッケル(ドイツ)、シュレーゼンブロット (ドイツ)、ライ麦シュトーレン (ドイツ)、ビンスガウェルフラーデン (オーストリア)、バーレア・ハパン・イメラ (フィンランド)

受講料

正会員・維持会員10,000円 (税込 11,000円)、
非会員12,000円 (税込 13,200円)
* 昼食付き (今回の製品とともに食事を用意いたします)。
* 着座で受講していただきます。実習作業はございません。

定員

60名
* 申し込みは先着順とし、定員になり次第締め切りとさせていただきます。

講習会の詳細はこちらから



お申し込み方法

日本パン技術研究所ホームページの入力
フォーム (以下) からお申し込みください。
<https://www.jibt.com/cgi-bin/request.cgi>

申し込みはこちらから



イギリスパン
(イギリス)



パウアンブロット
(ドイツ)



プンパーニッケル
(ドイツ)



ライ麦シュトーレン
(ドイツ)



バーレア・ハパン・イメラ
(フィンランド)

マーケティング「焼き込み調理パン」

一般社団法人日本パン技術研究所 製パン技術教育事業部 安藤 慎一

はじめに

今回は老若男女問わず、日本人が大好きな「焼き込み調理パン」についてお話ししたいと思います。そもそもですが「焼き込み調理パン」というのはどのようなパンを指すのでしょうか。他にも「調理パン」や「総菜パン」という言葉を耳や目にしたことはありませんか。

定義はありませんが、一般的には焼き上がったパンに具材をのせたり、挟んだりしてそれ以上焼かないパンのことを「調理パン」と呼びます。代表例で言えば、サンドイッチ、焼きそばパンなどです。「総菜パン」というと、パン生地で具材を包んだり、挟んだりしてから焼く、または揚げるパンのことをいいます。代表的な「総菜パン」はカレーパンやウィンナーロール（ソーセージパン）になります。

つまり「焼き込み調理パン」＝総菜パンになるか、と思います。こういった焼き込み調理パンなどのパンは完全食（それ一つで健康を保つために必要とする栄養素を摂取できるとされる食品）ともいえます。だからこそベーカリーでは売り上げという意味で、高単価で販売することができる主力となるカテゴリーではないでしょうか。

パン屋は基本的に薄利多売の商売といわれますが、リテイルはもちろんホールセールでも一部手作業があったり、何より発酵という時間が必要となることで、非常に製造に手間と時間がかかります。昨今では冷凍生地や冷蔵法などを利用し、労働時間を短縮する努力を各店舗、各メーカー進めてきていますが、まだまだ難しい課題となっています。

また、焼き込み調理パンなどの製造には、より作業量が増えコストがかかります。さまざまな具材やフィリングを外注するメーカーや店舗があれば、自社で製造して販売している場合もあります。特に日本のベーカリーは昔から焼き込み調理パン（調理パンも）が人気であり、場合によってはパン生地より、「包まれている」もしくは「挟んでいる」具材やフィリングが重要になります。売上向上のため、常に更なる開発・製造を行わなければならない、現場で働く人たちにとっては大きな負担となっていることでしょう。

しかし、我々パン職人は具材やフィリングだけでは

なく、基本的な理論や技能を身につけてパン自体の質を向上させる努力も続けなければなりません。例えば食パンは、2013年頃から食パン専門店が全国にオープンし始めて高級食パンブームが到来し、そのブームはコロナ禍前にピークとなりました。異業種からの参入や急速なフランチャイズ化が進み広まりましたが、具材やフィリングの工夫ばかりになってしまい、知るべき理論や伸ばすべき技能が流れに追いつかず、ピーク以降は店舗数が減少してしまっているのが現状です。

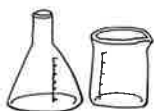
それに対して海外、特にヨーロッパはというと、パン屋のパンは“食事パン”を意味します。食事パンは基本的にリーンな配合で作られるため、売れ残っても二次加工品としてパン粉やクルトン、商品として売れる場合はフレンチトーストやラスクなどにも利用が可能でしょう。日本ではもちろん食パンはたくさん作られ食べられています。毎日食べる食事パンよりは食べる楽しみも含めて、菓子パンや焼き込み調理パンの方が人気があります。さらに食事パン類は冷凍保存することが可能ですが、焼き込み調理パンなどは使用されている具材やフィリングによっては冷凍保存に向かない製品もあり、売れ残り＝ロスということになってしまいます。しかしながら、焼き込み調理パンはホールセールベーカリーもリテイルベーカリーも、手軽にさまざまな具材やフィリングを楽しめ、また付加価値を付けられるため、パン屋にとって今も昔も主力製品のひとつとなっています。

このような焼き込み調理パンですが、当研究所の本科100日コース228期、229期で焼き込み調理パンをテーマにマーケティング授業を実施しました。現在、日本のベーカリーではどのような焼き込み調理パンを販売していて、売れているのかを含め、ホールセール、リテイルそれぞれの傾向を確認していきたいと思います。

ホールセールベーカリーの傾向

ホールセールベーカリーについて、スーパーマーケット、コンビニエンスストア含めて都内近郊30店舗リサーチしています。コンビニエンスストアは現在、全

油脂の飽和脂肪酸、トランス脂肪酸の課題



科学ジャーナリスト 松永和紀(まつながわき)

京都大学大学院農学研究科修士課程修了。毎日新聞社の記者を10年勤めた後に退職。食品の安全性や環境影響等を主な専門領域として、執筆や講演活動などを続けている。2021年7月より内閣府食品安全委員会委員(非常勤、リスクコミュニケーション担当)。

(本記事は、所属する組織の見解ではなく、ジャーナリストとしての取材に基づき執筆しました)

本誌読者のみなさんは、パンの原材料の品質や安全性にとっても気を遣っているはずですね。本欄の第1回で、小麦のかび毒、その後は農薬や食品添加物など取り上げてきました。今回は油脂について解説します。油脂は、植物性油脂と動物性油脂のどちらがよいかで論争が繰り返されたり、オリーブオイルが過剰に評価されたり、トランス脂肪酸問題が理解されなかったり、誤情報が非常に多い原材料です。科学的に適切な情報を得てそれぞれの素材のよさを生かしていただきたいと思います。

油脂は脂肪酸からできている

油脂は、動物性の原材料としてバターや生クリームなどの乳脂肪、ラード(豚脂)、ヘッド(牛脂)などがあります。植物性はオリーブオイルやなたね油など。マーガリンやファットスプレッドは、主に植物油を原料として常温で固化するように加工されています。マーガリンは油脂含有率が80%以上、ファットスプレッドは80%未満です。ショートニングは、マーガリンからさらに水分や添加物を除いて作られており、無味無臭です。

油脂のエネルギーは1gあたり9kcalとされています。もっとも一般的な化学構造は、グリセリンという炭素原子が3つつながったものに、3つの脂肪

酸が結合した「トリグリセリド」です(図1参照)。脂肪酸は、炭素間の二重結合がない飽和脂肪酸、1個存在する一価不飽和脂肪酸、2個以上存在する多価不飽和脂肪酸の3種類があり、それぞれつながっている炭素の数により、多数の種類があります(表1参照)。

図2に主な油脂の組成を示しました。飽和脂肪酸は融点(固体が液体になり始める温度)が高く、常温で固体であり、バターやショートニングは飽和脂肪酸が多め。一方、不飽和脂肪酸は融点が低く常温では液体状のものが多く、オリーブオイルやなたね油などの植物油は一価不飽和脂肪酸が多くなっています。

日本人がさまざまな脂肪酸をどれくらい摂取しているか、2002～2003年、大阪府(都市部)、長野県(内陸部)、鳥取県(沿岸部)の男女92人を対象に、春夏秋冬計16日間調査した結果が解析され、「日本人の食事摂取基準2025年版」に掲載されています。摂取がもっとも多いのは一価不飽和脂肪酸ですが、飽和脂肪酸や多価不飽和脂肪酸も摂っていることがわかります(図3参照)。

油脂の健康影響は脂肪酸による

油脂の健康影響というとオリーブオイルがよく話題に上ります。独特の風味にもつながるポリフェノール

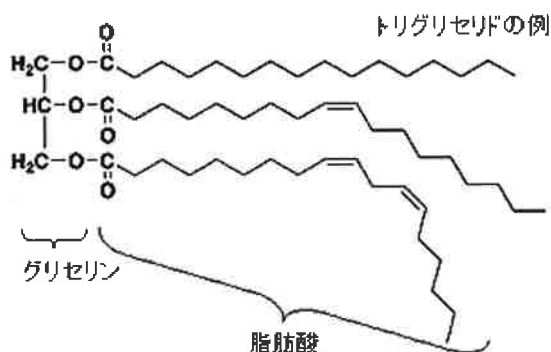


図1 油脂(トリグリセリド)

出典:農林水産省・油脂やトランス脂肪酸の基本的な情報

表1 脂肪酸の主な種類

飽和脂肪酸	ラウリン酸、ミリスチン酸、パルミチン酸、ステアリン酸
一価不飽和脂肪酸	ミリストレイン酸、パルミトレイン酸、オレイン酸、イコセン酸
多価不飽和脂肪酸	α -リノレン酸、アラキドン酸、EPA、DHA



エス・イガラシ外観

リテイルベーカリーの新しい風



店内

五十嵐聡太
シェフ



第34回 「働き方改革を推進、新時代のベーカリーを追求」 M's企画 三浦千佳子

『リテイルベーカリーの新しい風』、今回は「働き方改革を推進、新時代のベーカリーを追求」と題して「Boulangerie S.Igarashi (エス・イガラシ)」の五十嵐聡太氏をご紹介します。東京・深川木場に2021年12月、「Boulangerie S.Igarashi (エス・イガラシ)」がオープンして3年半。おいしいパン屋ができたこと地元で評判になっています。

2024年には押上に2号店「es feuilletage (エスタージュ)」をオープン、人気沸騰中です。自慢のパンづくりはもとより、働き方改革など、新時代のパン職人として注目を浴びる五十嵐シェフに本音を伺いました。

Boulangerie S.Igarashi (エス・イガラシ)

■行列店 Boulangerie S.Igarashi (エス・イガラシ)

下町の香りが漂う東京の深川木場。東京Metro東西線の本場駅から徒歩7分ほどの住宅地にあるエス・イガラシは、行列ができるパン屋さんとして評判だ。10時の開店前にはお目当てのパンを求め、パン好きが並ぶ。店内にはこだわりのパン40種がズラリと並ぶ。自慢の「クロワッサン」はもとより、「バゲット」や「カンパーニュ」、キタノカオリ100%の「北の香り」などの食事パン類、サンドイッチ類、季節の焼き込み調理パン、あんバターサンドなど甘い系も充実。これらが次々と売れていく。



自慢の40アイテムが揃う



甘い系も充実



人気のあんバターサンド

「北の香り」464円(以下、税込表記)は、北海道産のキタノカオリを100%使用した高加水のパンだ。もっちりとした食感で、口に含むとミルクィな甘さに驚く。そのままでもおいしいが、軽くトーストすると粉の香りと旨みが際立つ。砂糖選びも徹底してこだわり、「北の香り」には本和香糖を使っている。原材料を採求する情熱、こだわりは半端ない。



北の香り



軽やかでミルクィな旨み

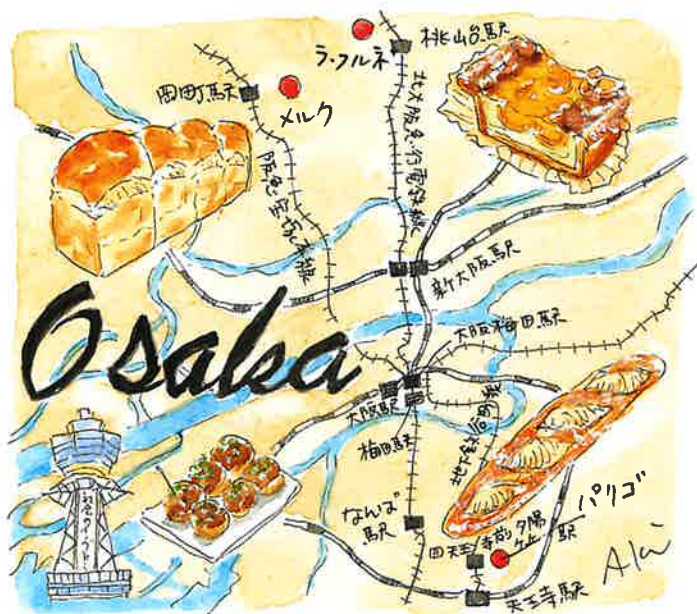
また「ピスタチオのエスカルゴ」561円は美しく、ザクザクの食感の生地と、巻き込んだピスタチオフィリングの上品な甘さ、刻んだピスタチオの味わいに虜になる。どれも五十嵐シェフの技術の高さがうかがい知れる。



ピスタチオのエスカルゴ

■五十嵐流パリッとしたクロワッサン

メゾンカイザー出身の五十嵐シェフは、「クロワッサン」は得意中の得意だ。従ってこれを旗印にしている。



秋山 洋子 Yoko Akiyama • Illustrator

食べ物を中心に描くイラストレーター。書籍、雑誌での挿絵の他、企業、業界誌でも活躍。ショップカードやリーフレットのデザイン、原画販売などお店を彩るお手伝いも。またパンが大好きで、パンを描く「パンの絵の教室」も毎月開催。パンをモチーフとしたオリジナルグッズやパンのカレンダーの販売も手掛ける。yoko-akiyama.net

パン旅～関西・大阪編

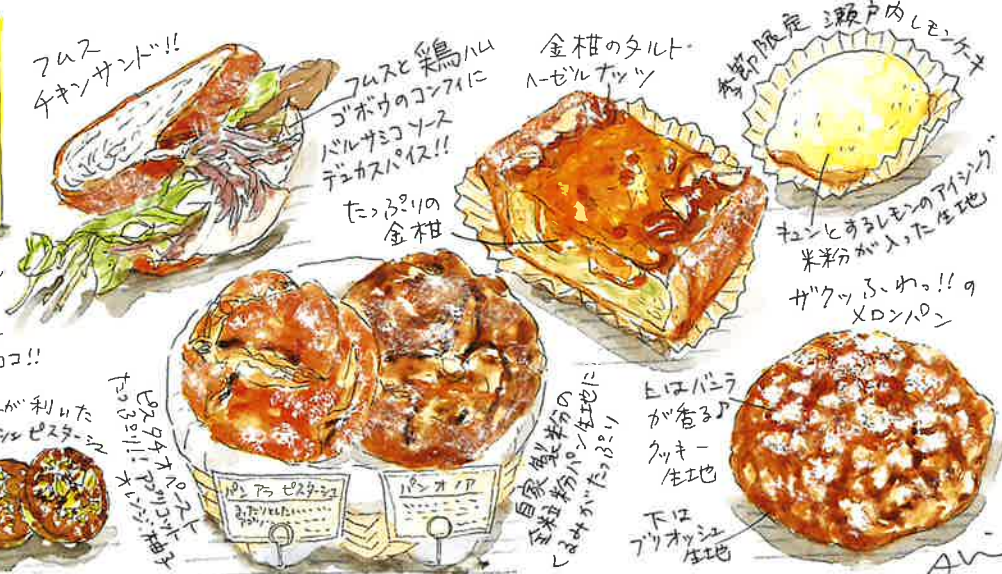
前号の続きで翌日は大阪へ。北大阪急行電鉄南北線・桃山台駅から緑が多い住宅街を15分歩き、木の温もりを感じる「ラ・フルネ」に到着。笑顔が素敵な奥様・友美さんが迎えてくださいました。パティシエ出身の春日崇宏シェフが手がけるのは、自家製粉した有機小麦を使ったパンや焼き菓子。上質な具材のサンドイッチやフォカッチャ、ハード系のパンからカヌレや季節のタルト、ジャム類まで！ 季節の素材使いや食感、味のアクセントの効かせ方など、どれもセンスが光る上品な味わい。丁寧な手仕事を感しました。現在は不定期での営業。訪問時とは商品や営業形態が変わっているかもしれません。

続いてバスで移動し、豊中市中桜塚にある巨匠・古山雄嗣シェフの店「ブーランジュリーメルク」へ。約30年前に訪れた際、フランスパンやハードトーストのおいしさに感動した記憶が今でも残っています。かつてレイモン・カルヴェル教授の下で学び、フランス各地のパン屋で修業を重ねた経験を伺い、その味や商品構成に深く納得しました。ロデヴやフランスパンを熟知した安定のおいしさ。昔ながらのあんぱんやクリームパンの隣には、ブラウニー、ガトー・ナンテといったアイテムも並び、マヨネーズからカツサンドに添えられるピクルスまで全て手作り。

近年は国産小麦を積極的に使用。「とかち食パン」はきめ細かくしっとりとした食感で、私の理想の角食そのもので感動しました。「パンづくりは自分づくり」という古山シェフの人生哲学が、おいしさの根底にあるのだと感じました。ちょうど40周年を迎えた同店。現在は息子さんと二人三脚でさらに力強く歩まれています。

最後は、大阪メトロ谷町線・四天王寺前太陽ヶ丘駅から徒歩5分。文教地区にある「ブーランジュリーパリゴ」へ。フランスと日本をつなぐ架け橋として活躍され、パン業界の発展にも尽力されている安倍竜三シェフの店。モダンで広々とした店内には、平日90種類、土日には100種類ものパンが並び、目移りします。フランスパンだけでも6種類以上の豊富なラインナップ。どれを選んでも飽きさせない工夫が光ります。一番好きなパンを尋ねると「バゲット・ド・トラディション」や「天白食パン®」とのこと。

シンプルこそが真髄。安倍竜三シェフ特製の「ケーキ・ダノワーズ ショコラ・フランボワーズ」をご馳走になりながら、修業時代の貴重なお話を聞かせていただくひとときも。ケーキとデニッシュの中間のようなケーキ・ダノワーズは技術が凝縮された逸品。シンプルなパンを極めたからこそ、こうした創造的なパンが生まれるのだと、深く感銘を受けました。それぞれに個性が光る素晴らしいお店を巡ることができ、大満足のお阪パン旅となりました。



パンを“もっと”楽しむ、vol.123

12ヶ月のアイデア

ナガタユイ
Food Coordinator

食品メーカー、食材専門店メニュー・商品開発職を経て独立。サンドイッチやパンのある食卓を中心に、メニュー開発コンサルティング、書籍や広告でのフードコーディネーター等、幅広く食の提案に携わる。
著書に「サンドイッチの発想と組み立て」「生野菜とパンの組み立て方」（誠文堂新光社）、「フレンチトーストとパン料理」（河出書房新社）他。

サンドイッチを巡る旅 オーストリア・ドイツ編③ 三日月形のパンに出会う

ク ロワッサンやブリオッシュのことをフランスではヴィエノワズリー（ウィーンのものという意味）と呼ぶように、バターや卵、砂糖やミルクを使ったリッチなパンはウィーン発祥です。デニッシュペストリーも、デンマークではヴィエナブロートと言います。それなのに、ウィーン滞在中はクロワッサンに注意を向けていませんでした。ウィーン、ザルツブルクの旅を終え、ミュンヘンに向かう電車の中で、オーストリアで出会ったクロワッサンのことが気になり始めました。

ウィーンのお菓子店のデメルのカロワッサン（写真①）の商品名は「Original Französischer Croissant」。クロワッサンとはフランス語で三日月のことで、ドイツ語ではありません。ドイツ語では「キッフェル Kipferl」です。手元にある「新ラルース料理大事典（同朋舎）」によると、このパンの歴史は1683年ウィーンにさかのぼります。オスマントルコ軍に包囲されたウィーンで、ポーランド人のパン職人が、敵がトンネルを掘る音に気付き、警告を発したことで侵入を防ぎました。この出来事を語り継ぐために、トルコ軍の軍旗を飾る三日月を表す形状のパンが生まれました。その後、1770年にマリー＝アントワネットがフランスに嫁いだことで、宮廷に伝えられたとされています。

また、もう1つの伝承では、ポーランド出身のウィーンのカフェ店主が、トルコからの戦利品であるコーヒーに、三日月形の菓子を添えて供することを思いついたともされます。いずれにせよ、当時は現在のような生地ではなく、20世紀初頭のフランスで、バター折り込み生地に進化しました。名前はフランス語で三日月を意味する「クロワッサン」と呼ばれるようになりました。近年は、フランスでも日本でもクロワッサンの一般的な形状は

三日月のようにカーブしてはならず、ひし形です。これは、マーガリンを使ったものと、バターだけ使用したものとを差別化するために生まれたものでした。

オーストリアでも「クロワッサン」というフランス語で呼ばれ、ひし形なのは、フランスで発展して戻ってきたものだからなのでしょう。あらためてパンの名前を見てみると、フランススタイルのものだけが「クロワッサン」で、それ以外の三日月形のパンは「キッフェル」と書かれていました。

フランスのクロワッサンはクロワッサン・オ・ザマンドのような二次加工品以外では、バリエーションはあまりありません。一方、オーストリアやドイツでは、ラウゲンクロワッサン（写真②）も定番です。ウィーンとザルツブルクのベッカライでは、色々な生地の「キッフェル（写真③ザルツブルクのチェーン店／④ウィーンの人気店／⑤ザルツブルクの老舗菓子店の超リッチタイプは、おいしさに驚きました！）」が並んでいました。ブリオッシュ生地、リーンな生地のもの、くると砂糖のパウダーがまぶされた甘いタイプ、バニラキッフェルのような菓子もあります。また、似た形状の「ヌスボーゲル Nussbeugel（写真⑥／ミュンヘンの人気店）」も定番です。こちらはボーゲン（曲げるの意味）という動詞に由来します。私が食べたのはキッフェルに似た形状でしたが、ウィーンではU字に折り曲げたものを見かけました。

この地の人たちは、何故、何でも曲げたがるのか？と考えながら、小型パンの多くが、成形に手間がかかるものだと気付きました。

この連載で紹介した、前々回のカイザーゼンメル、前回のプレッツェルはいずれも生地自体はシンプルですが、成形に特徴があります。編み込みタイプのパン（上部写真の右手／写真は大型パンですが、小型の編み込みパンもサンドイッチによく使われています）も多く、こちらも技術が必要とします。三日月のパンを見つめる中で、パン職人の手仕事について考えさせられました。



ドイツからのパンだより (124)

森本 智子

ドイツの食に関わる仕事に携わり、視察コーディネート、アテンド、通訳なども手掛ける。

ドイツ食文化、特にパン、ビールなどについてセミナーや執筆なども手掛ける。ドイツ、ドゥーメンズアカデミーのピアソムリエ資格を持つ。

著書に「ドイツパン大全」「ドイツ菓子図鑑」(誠文堂新光社)他、訳書「ベーキングブック No. 4 サワー種でパンを焼く」(翔雲社)が2024年7月より発売中。

今回も、ドイツのパン業界紙などから興味深かったニュースをご紹介します。

iba2025 が開催されました

5月18日～22日までデュッセルドルフにて国際製パン製菓見本市 iba が開催されました。今年は46カ国から985社が出展し、149カ国から来場者を迎えましたが、一昨年のミュンヘンと比べ14%少ない49,000人という結果でした。中国で同時期に開催されていた Bakery China の影響もあったようです。

毎回恒例の iba Cup (The iba UIBC Cup of Bakers) も21日に開催されました。今回は日本をはじめアジアチームの参加はなく、全6カ国のチームのうち、優勝はフランスチーム。ドイツ代表は2位、3位はオランダチームでした。ドイツ代表は Johanna Lenhardt さん、Lea Wagner さんの女性同士のチームで、飾りパン部門で最優秀得点を取りました。

今年初開催ということで注目を集めたのが、パンソムリエ (Brotssommelier) の世界大会です。10カ国から集まった15人のパンの専門家を抑え、優勝したのはヴァインハイム出身のミヒャエル・クレスさんです。ドイツ製パンアカデミーの所長ベルント・クッチャー氏、スイス応用科学大学の食品・飲料イノベーション研究所所長ミヒャエル・クライナート教授、そして自身もパンソムリエを養成している有名シェフのヨハン・ラーファー氏の3名が審査員を務めました。

決勝では、6名のドイツ人を含むファイナリストたちが、世界中のパン文化に関する知識を3つのラウンドで披露しました。そのうちの一つ、世界のパンのアロマ・チャレンジという試験は、来場者も参加できるというものでした。続いてパンの外観・味・品質・ペ어링などを説明するという、ソムリエならではの知識が求められる試験があり、最終ラウンドでは、上位5名のファイナリストが審査員の前でさらに高度な課題に挑みました。

優勝者ミヒャエル・クレスさんは表彰式で次のように語りました。「私はパン職人であることに情熱を持ち、初代パンソムリエ世界チャンピオンになったことを大変光栄に思います。製パン技術の質の向上に貢献し、人々に良質なパンや菓子の価値を広めることが、私の心からの願いです。審査員の皆さま、そして共に戦った仲間たちに感謝します。世界中でパンへの愛を共有したいと思います」

審査員のクッチャー氏も、参加者たちの熱意を目の当たりにしてこう述べました。「いずれのパンソムリエも素晴らしい活動をしており、自身のパン店だけでなく世界中でパンという文化遺産の大使として活躍しています。この熱意は、ファイナリストにも、観客として集まった多くのパンソムリエにもはっきりと感じられました。最終的にミヒャエル・クレスさんが、パンの香りの描写における卓越したパフォーマンスや、専門知識を駆使した難易度の高い競技で審査員を完全に納得させる資質を発揮しました」

認定パンソムリエになるには、ヴァインハイムのドイツ製パンアカデミーで1年間の研修を行います。パンのアロマ、食感、手触りに熟知し、パンの歴史、文化、世界の特産品、パンの消費に関する最新データ、さらには栄養学的観点からの重要性に至るまで、幅広い知識を収めます。次回パンソムリエ養成コースは2026年1月に始まります。

今回の世界選手権には、12カ国から45人のパンソムリエが参加を希望しました。次回の世界選手権は2027年、ミュンヘンで開催の iba で行われる予定です。

ドイツでもピアソムリエ、水ソムリエ、肉ソムリエの認定資格がありますが、今後パンソムリエも盛り上がりをみせていくのでしょうか、またパン業界にはどのような影響を与えていくのでしょうか。展示会そのものは、中国をはじめとするアジアからの参加の比重が大きいくとも今回の開催で垣間見えたと思います。次回開催は2年後、開催地はミュンヘンに戻る予定です。



パンソムリエ初代世界チャンピオンに輝いたミヒャエル・クレス氏
©Zentralverband des Deutschen Bäckerhandwerks e.V.

日本の元気な パン屋さん

取材：宮本優子



FtoBREADを営む岩片ご夫妻
(右から大地シェフと奈緒さん)

食を楽しむお店でありたい

FtoBREAD

製パン専門学校卒業後有名ベーカリーで修業を積み、両親が美容室を営んでいた場所を改装してベーカリーFtoBREADを2024年9月にオープン。“お客様も働く人も楽しいお店”をコンセプトに掲げ、焼きたてパンとともに温かい真心を提供している。

“F”にはワクワクする言葉が つまっている

〈FtoBREAD〉という店名は、38年ほど前から両親が営んでいる美容室「Hair Make F」の屋号の“F”を受け継いだもの。「美容師の道を選ばなかったけれど、屋号だけは継がせて欲しいと父に伝えました。“F”にはワクワクする言葉がたくさん詰まっているのでとても気に入っている名前です」と、店主の岩片大地シェフが話してくれた。Fun (楽しむ)、family (家族)、friend (友達)、food (食べもの)、fantastic (素晴らしい)、future (未来)、そしてパン作りにも大切な feel (感じる)、flavor (風味)、fermentation (発酵) などなど、確かに素敵な言葉が次々と挙げられる。パン生地が膨らむイメージから生まれた“F”のロゴは、大地シェフのお父様がデザインした。

お店は愛知県の東岡崎駅から徒歩で12分ほど飲食店が立ち並ぶ場所にあり、1階部分はパン売り場と厨房がある。パン売り場の装飾にはアンティークのミシンや大地シェフが影響を受けているパンの本が置かれ、人気

商品や1歳半になる息子の^{はるたか}大空君の写真をポスターにしたものが飾られている。カウンターには焼きたてパンが並び、奥には厨房があり製造の様子を見ることが出来る。

階段を上ると2階には広々としたイートインスペースがある。テーブル席、ソファ席、カウンター席と、訪問人数や気分に合わせて好きな場所を選ぶことができ、1階で選んだパンを食べるほか、モーニングやスープレランチを楽しむことができる。大地シェフの両親が長年集めていた小物が飾られ、美容室で使っていた椅子がベーカリーの椅子として第二の人生を過ごしている。懐かしい昭和の歌謡曲が流れ、1人で来店しカウンターでスタッフと話をしながらコーヒーを飲む人もいれば、来店客同士での会話をを楽しむ人もいる。赤ちゃんを抱っこして来店した人が食事をしている間、赤ちゃんをスタッフや他の来店客が見守っている姿も日常の光景で、地域のみんなが集う集会所のような場所になっている。

スタッフは大地さんと奈緒さん夫妻を中心に総勢13名。奈緒さんは有名洋菓子店で修業を積んだパティシエールで、菓子作りや販売を担当している。大地シェフのお母様もイートインスペースのスタッフとして活躍している。他のスタッフは異業種からの転職で、それぞれ得意なことを発揮している。パン屋になることが夢という子育て



FtoBREAD店舗外観



会話をしながら
パンを買う顧客



美容室で使っていた椅子



パン生地が膨らむ様子をイメージしてデザインした“F”の看板と、大地さんのお父様がデザインした“F”マークの原案



愛息子の^{はるたか}大空君も
ポスターに

カリフォルニア・レーズンレシピ

～レーズンペーストを活用した製パン実演セミナー～

前回から引き続き、粒のままの使用ではなく、使用機会の少ない“カリフォルニア・レーズンペースト”の活用法をテーマとしたレシピを紹介します。*このレシピは3月に行われた製パン実演セミナーで紹介されました。



松田 武司 (まつだ たけし)

スターバックス コーヒー ジャパン株式会社
新業態推進本部 プリンチプロダクション部
部長 (Princi® ヘッドシェフ)

レーズンペーストチャバタ



④ 材料

ビガ種	(%)
強力粉 (蛋白質 12.9% 灰分 0.48%)	70
強力粉 (蛋白質 13.8% 灰分 0.42%)	30
生イースト	0.7
水	45

本捏	(%)
ビガ種	全量
モルト	1.5
生イースト	0.1
塩	2.3
吸水	40
カリフォルニア・レーズンペースト	30

〔生地 1kg 対比〕

カリフォルニア・レーズン	150g
クルミ	75g
アーモンド	75g

④ 工程

ビガ種	
ミキシング	して粉気が無くなるまで
発酵	常温で18時間
本捏	
ミキシング	ビガ種、モルト、水1/5を入れて L3分ML3分 ↓(イースト) ML4分 ↓(水1/5) ML5分 ↓(塩・水1/5) L3分×3回 MH2分 ↓(レーズンペースト) ML2分 ↓(レーズン・クルミ・アーモンド) L1分
捏上温度	25℃
発酵	(28℃/75%) 90分
分割重量	120g
成形	チャバタ形
ホイロ時間	30分 (28℃/75%)
焼成条件	上火:240℃/下火:245℃ 18～20分 スチーム有り

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
		1	2	3	4	5
☆	☆					
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
		第7回 リテイルアドバンスコース③				
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		
					☆	☆



Painバックナンバーのご購入 随時受付中!!

*各日程については予定であり、変更になる場合があります。あらかじめご容赦願います。

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
					1	2
☆	☆	☆	☆	☆		
3	4	5	6	7	8	9
	製パン技術教育コース (本科100日)231期 ・卒業研究発表会(8月4日) ・卒業式(8月5日)				製パン技術 教育事業部 主催研究会	
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
			第22回 HACCPセミナー		第10回 フードディフェンス セミナー	
24	25	26	27	28	29	30
31			講習会 「日本のパンの黎明 期を牽引した製パン 技術の伝承」			

Pain 7号

令和7年6月25日発行
 発行所 株式会社 J・I・B
 発行人 石田 興宣
 編集人 西島 ゆかり
 監修 一般社団法人 日本パン技術研究所
 〒134-0088
 東京都江戸川区西葛西6-19-6
 電話 03-3689-7884 (株)J・I・B
 電話 03-3689-7571 (一社)日本パン技術研究所
 Fax 03-3689-7574

年間購読料・送料込 6,600円
 (本体6,000円+税10%)

*許可なく転載・複写ならびに web 上での使用を禁じます。