

イースト使用量目安早見表

一次発酵 = フロアータイム	12H~	8h	3h	2.25h	1.5h	1h	0.6h	0.5h
インスタントドライイースト	0.2	0.4	0.6	0.8	1	1.2	1.4	1.6
生イースト	0.5	1	1.5	2	2.5	3	3.5	4

※こちらの早見表は、パンとして「生地を積量を2.5~3倍に膨らまして焼く」際の必要使用量です。(B%)

※使用量の微調整増減をする範囲の目安はインスタントドライイーストで±0.2%、生イーストで±0.5%以内です。

※冷凍を繰り返す生地や、糖質の多い生地は「微調整範囲で増量する」傾向があります。

※生地が必要以上に膨らみやすいときや、膨らみをあえて抑えたい場合は「微調整範囲で減量」する傾向があります。

※食パン生地は「微調整範囲で減量」する傾向があります。

※黄色い枠はその種類のイーストの得意な範囲を表します。

※オレンジ色の枠はインスタントドライイーストの「イースト起こし」が必要な範囲を表します。

