

パンに恋して

シンプルな味でさまざまな料理に合わせやすいドングのフランスパン。本号では、一日を通してフランスパンをバラエティ豊かに味わいつくす食べ方をご紹介します。毎日気軽に取り入れて、フランスパンのあるおいしい日常をはじめませんか？



フランスパンのある

おいしい毎日

フランスの食卓をヒントに、フランスパンを日常的に愉しむ

フランス人の日常に欠かせないバゲット。フランスでは、そのまま食べるのももちろんのこと、日々の食卓で一日を通してバゲットを楽しみます。今回は、そんなフランスの日常をヒントに、本場仕込みのドングのフ

ランスパンを使った定番の食べ方から、アレンジを加えたものまで、日常に取り入れたいくなるお手軽レシピをご紹介します。ドングのフランスパンをよりおいしく味わうコツも伝授します。

ドングのフランスパンをもっとおいしく味わうコツ



1 オイルやチーズと一緒に
そのまま食べてもおいしいフランスパンですが、オリーブオイルやチーズ、スープなどと合わせて手軽に食べるのもおすすめです。



2 フレンチトーストに
夜、フランスパンを卵液に漬けておけば、翌朝は焼くだけでふっくら味わい深いフランスパンのフレンチトーストが完成します（詳細レシピは裏面）。

3 食事と一緒に
洋食はもちろん、中華や和食、カレーにも合うのがフランスパン。シンプルな味わいのドングのフランスパンだからどんな食事ともおいしく食べられます。

4 スイーツにアレンジ
ドングのフランスパンは甘いものとも好相性。バゲットに板チョコを挟んで食べたり、カリッとトーストしてアイスと合わせるなど、スイーツとしても楽しめます。

5 焼きたてを食べる
焼きたてのフレッシュな状態は、クラスト(皮)の歯切れがよく、中はしっとりとした口当たりで格別のおいしさ。焼きたてに出会ったらぜひその場で味わってください。

＼ 本場フランス仕込み！ ／

パン職人の情熱が注がれるドングのフランスパン



約60年の時を経てもなお、フランスの伝統的な製法にこだわり忠実に焼き上げる日本でも初めて本格的なフランスパンの製造・販売をはじめたドング。1965年に神戸・三宮で本格的なフランスパン作りをスタートして以降、今も基本的に忠実にフランスパンを作ります。その日の温度や湿度を考慮した精巧な職人技で丁寧なパン作りが行われています。

日本で本場のフランスパンの味を再現

ドングは1960年代にフランスパンブームを起し、フランスパン文化を牽引した立役者。当時は、フランス産の小麦粉は入手不可。ドングのパン職人が携わり、フランスパン専用粉が開発され、現在に至ります。

フランスパンが世界無形文化遺産に！

2022年11月に国連教育科学文化機関(UNESCO)の無形文化遺産に登録され、新たに脚光を浴びているフランスパン「バゲット」。フランスでは、年間60億本以上のバゲットが焼かれているのだそう。

おいしいフランスパン大解剖！



point
1 クープと呼ばれる割れ目がくっきり出ている

パン生地表面の切り込み「クープ」が広がって、割れ目がくっきり出ているもの。酵母の活動を活発にさせる砂糖が入っていないフランスパンは元々ふくらみが弱いため、クープで中の水分を適度に蒸発させて、しっかりとふくらませます。

point
2 中身の気泡は大小まばら

切り開いたときの断面は、気泡が大小小とまばらになっているのが、発酵が成功している証拠。窯の中で伸びて火どおりよく焼かれたパンは風味や食感がよいです。

point
3 外皮は明るい黄金色

外皮は明るい黄金色でよく焼かれているもののおいしいフランスパン。手で押すとパリパリと音がはじけ、口に入れるとカリカリしています。

もっと日常的に楽しむための フランスパン 1 DAY レシピ

フランス人の日常的なレシピからおやつのアレンジレシピまで。ドンクで買ってきたフランスパンの楽しみ方がもっと広がるメニューをランチ、おやつ、ディナー、朝食、と1日を通してご紹介。

12:00 Lunch Time



買って来たフランスパンでパッと完成！ シンプルがおいしい バゲットを使ったサンドウィッチ

フランス人のランチの定番はバゲットを使ったサンドウィッチ。買って来たばかりのフレッシュなバゲットにシンプルに食材を挟むだけで、格別なおいしさ。ハムとチーズの組み合わせなら、バゲットの風味や食感を楽しめる、人気のジャンボンフロマージュの出来上がり。

Point



バゲットに合わせて楽しむ！
ディップ3種

バゲットを使ったサンドウィッチに挟んだり、カットしたフランスパンと一緒に食べたいディップ3種。ブラックオリーブやグリーンオリーブが入ったタブナード、マヨネーズ、レモン汁、塩をきかせたまるやかなアボカドディップを合わせても、奥行きのある味わいに。

Recipe

ジャンボン フロマージュ

【材料】
バゲット…1/3本
バター…適量
お好みのハムとチーズ（豚ロース肉のハムとカマンベールチーズを使用）…各適量

【作り方】
①バゲットは横から切りこみを入れる。切りこみのところにお好みでバターを塗る。
②ハムとチーズを挟む。



Morning



12:00 Lunch Time

Snack Time



19:00 Dinner Time



08:00 Breakfast Time

08:00 Breakfast Time



朝から至福時間！ 爽やかなフレンチトースト

フランスパンでつくるフレンチトーストも格別です。夜にアパレイユ（卵液）に漬け込んでおけば、翌朝は焼くだけでフレンチトーストの完成！フランスパンが、皮はもちり中はふんわりとした食感に、さらに表面に少し焦げ目をつけるように焼くとパリッと仕上がります。オレンジのフレンチトーストなら甘酸っぱくさわやかな味わいに。

Point



硬くなった
フランスパンも
ふっくらやわらかく

硬くなったフランスパンをおいしく味わうには、フレンチトーストで食べるのが一番！アパレイユ（卵液）にカットしたフランスパンを漬け込んでおくだけでふわふわ食感に。

Recipe フレンチトースト

【材料(2人分)】
バゲット…12cm分
バター(加塩)…20g
オレンジ(盛りつけ用)…1/2個
ミント…適量
アパレイユ(卵液)
オレンジ…2個 ※オレンジは果汁(100ml程度)を搾る。果汁100%オレンジジュースでも代用可。
卵…2個
牛乳…100ml
砂糖…10g

【作り方】
①バゲットは2cmの厚さにカットする。
②アパレイユ(卵液)の材料を入れてよく混ぜ、保存袋に入れる。
③①を入れて浸し、バットにおいてひと晩冷蔵庫でねかす。
④フライパンを熱し、弱火の中火でバターを溶かす。③を入れて両面焼き色をつける。
⑤④を皿に盛り、盛りつけ用のオレンジ(皮をむいて輪切りにする)、ミントを飾る。

Going to the DONQ



おやつやおつまみに！

カリッと食感がやみつきになるフランスパンラスク

サクサクカリッとした香ばしさがやみつきになるフランスパンラスク。のせる食材を変えれば、甘いおやつやお酒のおつまみなど、色々なシーンで楽しめます。カリッとおいしく作るコツは、あらかじめフランスパンを乾煎りして水分を飛ばすこと。スティック状や半月型に切れば、つまんで食べられるお手軽サイズに。



Recipe

フランスパンラスクの下準備

①フランスパンは網やバットに並べて、常温でしっかり乾燥させる。(2時間程度)
②①を弱火のフライパンで焼き色が付きすぎないように、ひっくり返しながらか5～6分程乾煎りして、冷ます。

【作り方】

チョコラスク(1cm程度の厚さにカット)

湯煎したミルクチョコやホワイトチョコにつけ、好みの材料でトッピングをして、冷蔵庫で30分以上冷やす。ひんやりした状態だとよりおいしい！

チーズラスク(約15cm長さ)

スティック状のフランスパンに、溶かした無塩バターを塗り、粉チーズ(パルメザンチーズなど)をかけ、オーブントースターで軽く焼く。

ガーリックラスク(約15cm長さ)

①オリーブオイルとおろしんにくをよく混ぜる。
②スティック状のフランスパンに混ぜた①を薄くぬり、オーブントースターで軽く焼く。お好みでパセリをふる。

Point

トッピングを加えて彩り華やかに

チョコをかけたフランスパンには、お好みのトッピングをかけて味変を楽しみましょう。今回はクランベリー、アーモンド、ピスタチオ、オレンジピール、レモンピールを使用しています。



19:00

Dinner Time

フランスパンと 野菜たっぷりスープで シンプルディナー

バジル風味の野菜たっぷりスープは、南仏の家庭料理で親しまれているスープ・オ・ピストゥ。バジルの芳醇な香りを味わえる具たくさんなスープなので、フランスパンと一緒に、シャルキュトリーやチーズも準備しておけば、バランスもよく満足感のあるメニューになります。

Recipe スープ・オ・ピストゥ

【材料(3～4人前)】
玉ねぎ…1/2個
にんじん、セロリ、ズッキーニ…各1/2本
インゲン…6本
白いんげん豆…200g
ニンニク…少々
ローリエ…1枚
塩・こしょう、水…各適量
オリーブオイル…適量
ピストゥ…適量
ピストゥ(バジルソース)
バジル(生)…30g
ニンニク…1/2片
オリーブオイル…45ml～
塩…適量
粉チーズ…10g

【作り方】

①ピストゥを作る。バジル、ニンニクのみじん切り、オリーブオイル適量を入れてミキサーなどで混ぜる。ペースト状になったら、塩・粉チーズを入れ、オリーブオイルで固さを調整して混ぜる。色が変わりやすいので、材料は冷やしておく。
②鍋にオリーブオイル、刻んだニンニクを入れ、香りが出たらカットした野菜を入れて、塩・こしょうを加える。
③軽く炒めたら水(お好みでブイヨンを加えても)を入れ、ローリエを加えて野菜が柔らかくなるまで煮込み、茹でた白いんげん豆を加える。
④ピストゥを加え、軽く火を通す。