

우리나라 사람들이 '밥 먹었다'고 말할 때는 대부분 '쌀'로 지은 밥을 뜻한다. 제아무리 속이 풍성한 햄버거나 샌드위치라도 한 끼 식사라기보다 간식 나부랭이로 치부당하기 일쑤다. 조상 대대로 쌀을 주식으로 삼아온 우리나라 사람들은 '쌀'로 속을 채우지 않으면 꼭 끼니를 지나친 듯한 허전한 느낌에 밥상 앞으로 달려가곤 하기 때문이다.

높은 영양가와 품질에도 불구하고 빵이 아직 주식으로 인정받지 못하고 있는 이유도 바로 여기에 있다. 게다가 밀가루 음식이라고 하면 고개부터 질레질레 흐드는 위장병 환자들에게 '빵'은 가까이하기엔 너무 먼 당신일 수밖에. 그렇다면 쌀로 빵을 만들 수는 없을까?

쌀가루만으로 빵을 만들면 믹싱할 때 글루텐이 거의 형성되지 않고 반죽이 몽실몽실 잘 부풀지도 않아 '빵' 특유의 부드러운 식감이 없다. 지금껏 많은 제과인들이 '쌀 빵 프로젝트'에 뛰어 들어왔지만 아쉬운 고배를 마실 수밖에 없었던 것도 그런 이유에서다.

요즘 빵에 이것저것 새로운 소재를 접목해 신제품을 개발하려는 시도가 부쩍 늘어나면서 '쌀'은 다시 훌륭한 제과소재로 떠오르고 있다. 예전에는 쌀 빵이라 해도 쌀가루에 밀가루를 섞어 겨우 생색만 내는 정도에 불과했지만 요즘 식품 가공용으로 출시된 쌀가루는 가공과정에서 글루텐을 한 겹 입혀 오로지 '쌀'로만 만드는 진정한 의미의 '쌀 빵'이 가능해졌다. 쌀 빵을 접해본 사람들은 "생김새와 맛은 확실히 빵인데 식감은 꼭 백설기 같다"고 말한다. 씹으면 씹을수록 쫄깃쫄깃한 식감이 일품인 쌀 빵은 노화가 진행되도 속살은 오랫동안 말랑말랑하다는 장점이 있다.

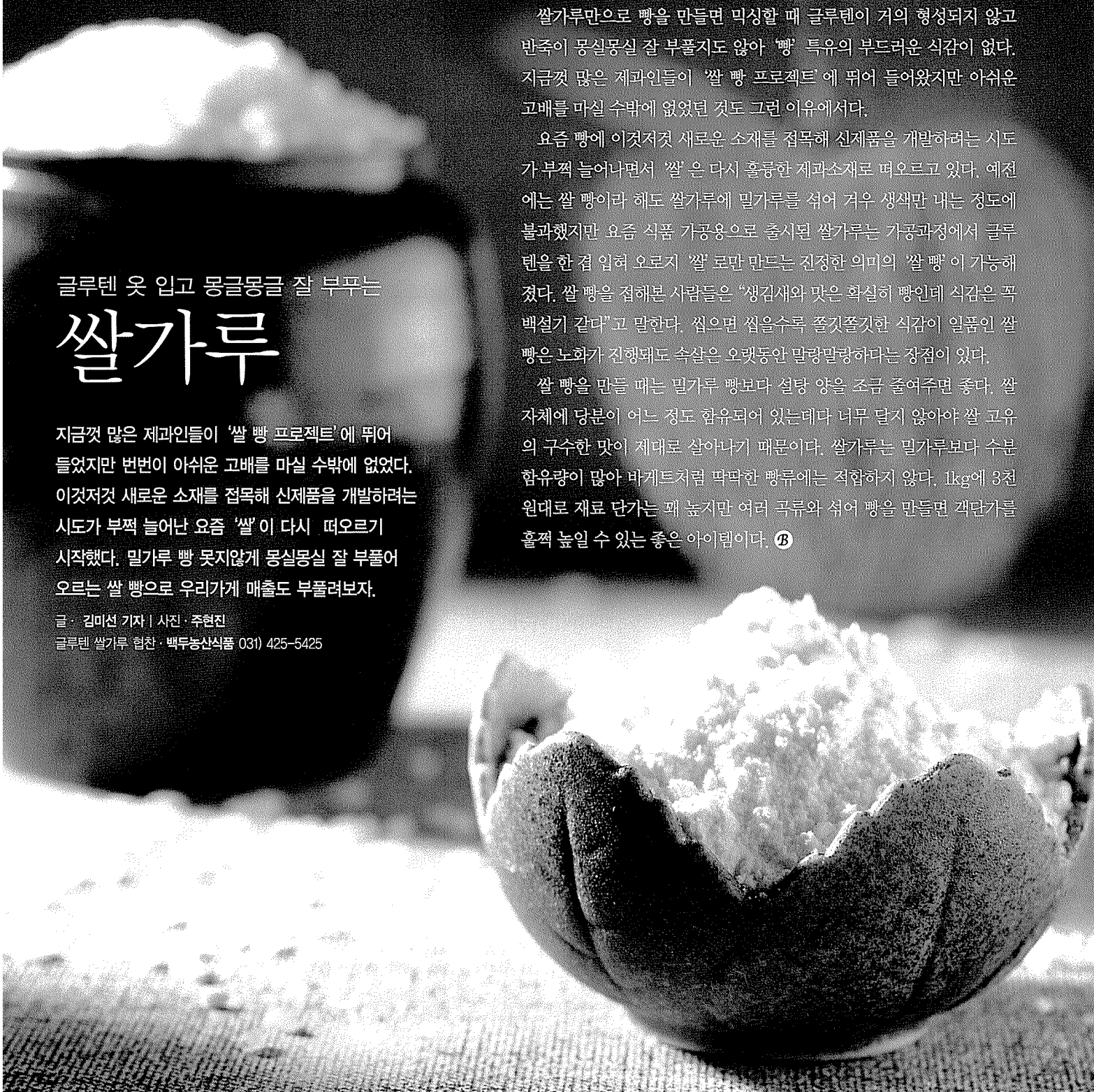
쌀 빵을 만들 때는 밀가루 빵보다 설탕 양을 조금 줄여주면 좋다. 쌀 자체에 당분이 어느 정도 함유되어 있는데다 너무 달지 않아야 쌀 고유의 구수한 맛이 제대로 살아나기 때문이다. 쌀가루는 밀가루보다 수분 함유량이 많아 바게트처럼 딱딱한 빵류에는 적합하지 않다. 1kg에 3천 원대로 재료 단가는 꽤 높지만 여러 곡류와 섞어 빵을 만들면 객단가를 훌쩍 높일 수 있는 좋은 아이템이다. ㉞

글루텐 옷 입고 몽글몽글 잘 부푸는

쌀가루

지금껏 많은 제과인들이 '쌀 빵 프로젝트'에 뛰어 들었지만 번번이 아쉬운 고배를 마실 수밖에 없었다. 이것저것 새로운 소재를 접목해 신제품을 개발하려는 시도가 부쩍 늘어난 요즘 '쌀'이 다시 떠오르기 시작했다. 밀가루 빵 못지않게 몽실몽실 잘 부풀어 오르는 쌀 빵으로 우리가 매출도 부풀려보자.

글·김미선 기자 | 사진·주현진
글루텐 쌀가루 협찬·백두농산식품 031) 425-5425



쌀 식빵

재료 중량(g)

쌀가루 850 흑미밥 150 버터 100 설탕 100 소금 15 개량제 10
드라이 이스트 20 물 650~750 계란 2개

만드는 법

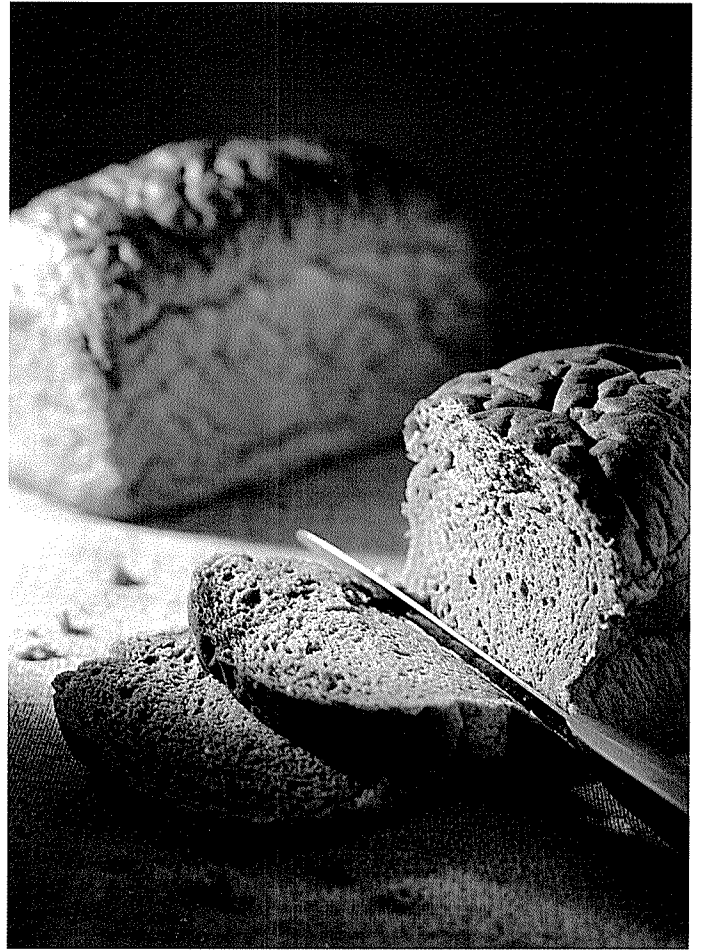
1. 모든 재료를 저속으로 2분, 중속으로 7~8분 정도 믹싱한다
(반죽 온도 25~26°C).
2. 30~32°C, 습도 60%에서 15분 동안 1차 발효한 다음 180g씩
분할해 둥글린다.
3. 성형한 ②를 식빵팬에 팬닝한 다음 35°C, 습도 85%에서 충분한
시간동안 2차 발효한다.
4. 190~200°C에서 35분 정도 굽는다.

쌀가루 vs 밀가루

반죽은 겉면에 윤기가 흐를 때까지 믹싱한다.

쌀가루 빵은 발효가 중요하다.

- ① 1차 발효 시간이 길면 반죽이 노화돼 식빵 윗면이 갈라질 수
있다.
- ② 오븐 스프링이 거의 없기 때문에 완성품 정도의 볼륨이
나올 때까지 2차 발효를 충분히 해준다.



블랙 빈 카스텔라

재료 중량(g)

쌀가루 400 계란 1,000 설탕 430 안정제 30 베이킹파우더 10
버터 100 우유 100 럼 100 검은콩가루 80

만드는 법

1. 쌀가루, 계란, 설탕, 안정제, 검은콩가루를 한데 넣고 70~80% 정도
믹싱한다.
2. 중탕으로 녹인 버터, 우유, 럼을 넣고 손으로 가볍게 섞는다.
3. ②를 기름칠한 해바라기판에 팬닝해 윗불 170°C, 밑불 160°C에서
50~60분 동안 굽는다.

쌀가루 vs 밀가루

쌀가루는 밀가루보다 수분 함량이 많기 때문에 굽는
시간이 길다.

중량이 가벼운 빵은 1~2분 정도, 좀 무거운 빵은 5분 정도 더
오래 굽는다.

