

발간등록번호 11-1390000-100031-01



2019~2024년 우리쌀빵
기능경진대회 수상

가루쌀 제과·제빵 레시피 모음



농촌진흥청

2019~2024년 우리쌀빵
기능경진대회 수상

가루쌀 제과·제빵 레시피 모음



농촌진흥청

CONTENTS

우리쌀로 만드는 빵 이야기 _ 04

우리쌀빵 기능경진대회 이야기 _ 12

우리쌀빵 기능경진대회 수상작 레시피 _ 14

2024년 _ 제과 부문

대상_이어진 | 유자오렌지 쌀 피낭시에 18

대상_이어진 | 단호박 쌀 파운드 19

대상_이어진 | 공주밤 쌀 마들렌 20

최우수상_김건호 | 밤나무 그루터기 쌀롤 21

최우수상_김건호 | 통팔 쌀 티그레 22

최우수상_김건호 | 유자 쌀 후로랑탕 23

금상_이경희 | 유자 바질 트리 케이크 24

금상_이경희 | 들깨피칸 마들렌 25

금상_이경희 | 호지차 헤이즐밤롤 26

금상_박수홍 | 무화과 마들렌 노첼로 27

금상_박수홍 | 바닐라 피낭시에 아마레도 28

금상_박수홍 | 후르츠 바닐라 파운드 29

금상_정다운 | 쫄득 쌀 휘낭시에 30

금상_정다운 | 쌀 마롱 티라미수 롤케익 31

금상_정다운 | 쌀 쿠키 32

2024년 _ 제빵 부문

대상_김소연 | 핑거라임 새싹감자 36

대상_김소연 | 아로니아 효소 병아리콩빵 37

최우수상_양지훈 | 배 안에 유자를 품다 38

최우수상_양지훈 | 새우 꽃이 피었습니다 39

금상_이용희 | 시골쌀빵 촌쌀빵 40

금상_이용희 | 먹물 리조토 41

금상_진선경 | 버섯 정식 42

금상_진선경 | 새우&아보카도 샌드위치 43

금상_이용기 | 먹구마 44

금상_이용기 | 까망감자 45

2023년 _ 제과 부문

대상_최종원 | 쌀누룽지 크런치 사바랭 48

대상_최종원 | 카라멜 쌀 파운드 49

최우수상_백소라 | 엔젤 화이트 라이스 롤 50

최우수상_백소라 | 오미자 베리 라이스 슈 51

금상_강인주 | 무화과에 젖는날 52

금상_강인주 | 상큼 터진 날 53

금상_김홍익 | 장단콩 파이만쥬 54

금상_김홍익 | 카라멜 쌀 파운드 55

금상_이보라 | 베리스윗 우피파이 56

금상_이보라 | 크런키 보늬밤 케이크 57

2023년 _ 제빵 부문

대상_박명수 | 한끼 든든! 60

대상_박명수 | 가을 농부 61

최우수상_김명강 | 홍국 찰보리빵 62

최우수상_김명강 | 짬뽕빵 63

가루쌀 제과·제빵 레시피 모음
2019~2024년 우리쌀빵 기능경진대회 수상



금상_김소연	현미백설기	64
금상_김소연	새싹 레몬새우	65
금상_이경민	쌀오돌빵	66
금상_이경민	쌀 크림치즈 애플	67
금상_최재웅	솔향옥수수치아바타	68
금상_최재웅	치아바타 오픈 샌드위치	69

2022년 _ 제과·제빵 부문 통합

최우수상_조은송	감자와 브로콜리의 만남	72
최우수상_조은송	둥근 팔이 뒀습니다	73
최우수상_조은송	뽕따크림빵	74
최우수상_조은송	라이스 위에서 트위스트 춤추는 새우	75
최우수상_조은송	돔 안에 말차	76
최우수상_조은송	쌀 듬뿍 까눌레	77
최우수상_조은송	더블 초코 식빵	78
최우수상_조은송	홍콩 페스츄리 식빵	79

2021년 _ 제과·제빵 부문 통합

최우수상_조익종	자색 고구마 식빵	82
최우수상_조익종	호박 페이스트리 식빵	83
최우수상_조익종	트라이앵글	84
최우수상_조익종	트러플 펌킨스타	85
최우수상_조익종	프로마주 무슬린	86
최우수상_조익종	우리밀 밤애플레드	87

최우수상_조익종	우리밀 현미초코	88
최우수상_조익종	우리밀 펌프킨	89

2020년 _ 제과·제빵 부문 통합

최우수상_윤두열	단호박 고구마 식빵	92
최우수상_윤두열	썩스킷 식빵	93
최우수상_윤두열	비트 팔뚝빵이	94
최우수상_윤두열	새빨간 흑임자	95
최우수상_윤두열	초코 위켄도	96
최우수상_윤두열	썩캐러멜 도넛	97
최우수상_윤두열	먹물 풍덩 새우	98
최우수상_윤두열	쏘담쏘담	99

2019년 _ 제과·제빵 부문 통합

최우수상_이은미	야끼모찌	102
최우수상_이은미	오색 불고기	103
최우수상_이은미	고구마 플라워	104
최우수상_이은미	가을 단풍	105
최우수상_이은미	가을밤 식빵	106
최우수상_이은미	치즈케이크	107
최우수상_이은미	녹차 크림볼	108
최우수상_이은미	모카 크림빵	109



우리쌀로 만드는 빵 이야기

THE STORY
OF BREAD
MADE WITH
OUR RICE

가루쌀 제과·제빵
레시피 모음

2019~2024년
우리쌀빵 기능경진대회 수상

가공식품 원료로서
쌀의 소비는 점차
확대되고 있어요.
특히 건강을 위해
많은 분들이 글루텐 프리
식품을 찾고 있는 요즘,
밀가루를 대신해 우리나라
가루쌀로 만든 빵은 색다른
매력이 있습니다.
지금부터 우리가 잘 몰랐던
쌀의 효능과 제과제빵의
매력을 알려드릴게요.



알면 알수록 놀라운

우리 쌀의 효능

우리의 뇌는 포도당을 주 에너지원으로 사용한다. 쌀에 함유된 탄수화물은 소화 과정에서 포도당으로 분해되며 뇌에 영양을 공급한다. 건강한 신체활동을 위해서는 쌀밥 위주의 식사가 필요하다. 특히 쌀밥을 섭취하는 아침 식사가 청소년들의 학습 능력을 높일 뿐 아니라 정서적 안정과 신체적 건강에도 좋은 영향을 주며 비만과 성인병을 예방하는 효과가 있다는 과학적 근거가 있다.

우리 쌀의 놀라운 효능

쌀에는 탄수화물이 많이 포함되어 있어 탄수화물 과잉으로 인한 만성질환의 주범이라고 오해하기도 한다. 쌀밥에는 탄수화물이 풍부하지만 우리가 쌀밥을 섭취할 때는 국, 생선, 나물, 김치 등을 곁들여 섭취하므로 식이섬유가 풍부하고 지방함량(백미 0.1%, 현미 2.5% 전후)은 낮으면서 불포화지방이 높아 균형 있는 영양소 섭취가 가능해 비만 예방에 도움이 된다. 쌀에는 제3의 식이섬유로 불리는 저항 전분의 함량이 높아 소화 속도를 늦추고 급격한 혈당치 상승을 막아준다. 저항전분은 비만은 물론 고혈압과 당뇨병 등 대사성질환을 예방한다. 특히 쌀밥의 전분은 복합당질로

체내에서 서서히 소화 흡수되기 때문에 밥과 반찬을 번갈아 먹으면 혈당 상승이 느려지고 포만감을 느껴 에너지 과잉섭취를 막을 수 있다.

과식을 피하고 쌀밥을 적절하게 섭취하자

바르고 건강한 식생활을 위해서는 단순히 쌀 섭취를 줄이는 것이 아니라, 과식으로 인해 열량이 지방으로 축적되는 것을 주의해야 한다. 흰쌀밥은 밀가루에 비하면 당화 지수가 낮고, 식이섬유가 풍부한 반찬과 함께 먹기 때문에 급격하게 혈당이 상승하지 않으며 천천히 소화 되므로 포만감을 주어 과식을 예방하는 효과가 있다.

우리 쌀과 건강에 관한 연구

- 쌀(현미, 백미), 밀, 설당을 흰쥐에 먹여본 결과 다른 군들보다 백미군은 혈액 중 중성지방과 콜레스테롤 함량이, 현미군은 간의 중성지방 함량이 유의하게 낮은 것으로 보고되었다.
- 70년째 쌀 다이어트 프로그램을 운영하고 있는 미국 듀크대 의대의 라이스 클리닉(Rice clinic)은 546명의 남녀를 대상으로 4주간 다이어트 프로그램을 진행한 결과 4주 동안 여성은 평균 8.6kg, 남성은 13.6kg 감량에 성공했으며, 1년 후에도 전체 대상자의 68%가 요요현상을 경험하지 않았다고 보고했다.
- 성균관대 의대 강재현 교수의 실험에 의하면 호주 시드니 거주 주민 70명을 한식 섭취 군과 서양식 섭취 군으로 나누어 1일 2끼씩 한식과 양식을 섭취하도록 한 결과 한식 군의 당 대사 기능이 양식 군보다 향상되었고 허리 둘레와 복부감소에 더 효과가 있었다고 한다. 특히 한식의 만족도가 높은 사람일수록 체중, BMI, 허리둘레 및 체지방률의 감소가 큰 것으로 나타났다.
- 농진청과 서울대가 진행한 2016년 조사 결과에 따르면 한국 일반식이 미국 권장식과 일반식에 비해 총 콜레스테롤, LDL콜레스테롤 및 중성지방 수치를 낮추며 비만지표도 낮은 것으로 나타났다.

출처 : 하태열 외, 1996 한국영양학회 | 쌀밥이 비만의 주범이라고? 오해는 이제 그만~, 농림축산식품부 SNS 블로그, 2020 | 한식과 비만관련 대사질환, 성균관대 의대, 2017 | 한식섭취가 심혈관질환 지표에 미치는 영향 조사, 농진청-서울대 공동, 2016



지속가능한
미래를 위한

가루쌀(분질미) 이야기

가루쌀 개발 배경

국내 쌀 소비는 식생활 다변화와 1인 가구 증가로 지속적으로 감소하고 있어 쌀 수급 조절에 어려움을 겪고 있다. 반면, 쌀 가공산업은 빠르게 성장하고 있으나, 제분 등 가공비용이 높아 가격경쟁력이 낮은 문제 해결이 중요한 과제로 떠올랐다. 이러한 문제해결을 위해 농촌진흥청은 10여 년간 육종 노력으로 건식제분 전용 가루쌀 품종인 '바로미2'를 2022년에 최초로 개발하여 상용화하였다.

가루쌀 특징

가루쌀은 일반 멥쌀과 달리 전분 구조가 성글게 배열되어 물에 불리지 않고 건식으로도 쉽게 제분할 수 있다. 또한, 대표 품종인 '바로미2'는 일반 쌀 대비 곡립경도가 낮아 건식제분으로 제조된 가루쌀(박력)은 입자 크기가 작고 손상 전분 함량이 낮아 우수한 물리 화학적 특성을 보인다. 또한 물에 불리지 않고 가루를 뿜을 수 있어 제분 비용이 절반 수준으로 낮고, 수질 오염 가능성도 최소화한다. 가루쌀은 밥을 지으면 죽처럼 되기 때문에 일반 밥쌀용으로는 이용할 수 없다.

가정 간편식 시장이 성장함에 따라, 가공식품의 원료로 활용되는 쌀의 소비는 계속 확대되고 있다. 식품 가공용 쌀은 즉석 식품, 떡, 술이나 장을 만드는 재료로 다양하게 활용되고 있으며, 특히 제과제빵 분야에도 밀가루를 대신하여 가루쌀(박력)을 활용하는 움직임이 활발해지고 있다.

가루쌀 가공식품 활용 분야

가루쌀은 다양한 가공식품 원료로 활용되며, 쌀 가공산업의 고부가가치화를 이끄는 핵심 소재로 주목받고 있다. 최근에는 제과·제빵, 면류, 튀김 및 조리가루, 음료 등 다양한 식품군에 적용되고 있다.

- **제과·제빵 제품** : 부드럽고 쫄깃한 식감을 구현할 수 있어 쌀빵, 쌀쿠키, 쌀머핀, 쌀카스텔라 등 다양한 제품에 활용된다.
- **면류** : 쌀국수, 쌀라면 등 면류 제품에는 가루쌀이 활발히 활용되고 있으며, 식감 유지와 조리 편의성이 우수하다는 평가를 받고 있다.
- **튀김가루 및 조리가루** : 가루쌀은 튀김가루, 부침가루, 전용 믹스 등으로도 활용되어 바삭한 식감과 깔끔한 맛을 제공한다. 특히 어묵 제조 시 전분 원료로 사용되는데, 관련 연구에 따르면 어묵에 가루쌀을 혼합하면 기존 어묵보다 지방 함량이 감소하고 식감과 결합력 유지에 효과가 있다고 한다.
- **음료 및 발효식품** : 가루쌀을 활용한 쌀우유, 막걸리, 쌀맥주 등도 개발되어 식품산업 전반에서 그 활용 폭이 점차 확대되고 있다.





초보자도
손쉽게

제과제빵 기본 상식

빵 만들 때 알아두면 도움이 되는 정보를 모았다. 발효 방법, 반죽하는 방법에 따라 각기 다른 종류의 빵이 만들어진다. 빵은 밀가루나 가루쌀(박력) 등 곡식가루에 물과 소금, 효모나 베이킹파우더를 넣고 반죽해 불에 굽거나 찌서 만든다. 빵은 또한 반죽에 효모를 넣어 발효시키는 발효빵과 베이킹파우더로 급히 부풀리는 무발효빵으로 나뉜다. 특히 가루쌀(박력)을 활용한 제과제빵의 핵심 포인트를 정리하였으니 꼭 기억해두자.

발효 방법에 따라

- **발효빵** : 말 그대로 효모(이스트)를 넣어 서서히 발효시키는 식빵, 베이글, 빵도넛, 소프트롤 등을 말한다.
- **무발효빵** : 베이킹파우더, 베이킹소다 등 팽창제를 넣어 발효 과정 없이 만드는 머핀, 스콘, 비스킷 등이다. 액체 재료끼리 혼합한 뒤 마른 재료를 넣어 글루텐이 형성되지 않도록 가볍게 섞어야 한다.

반죽하는 방법에 따라

- **직접법(Straight dough method)** : 재료를 한 번에 반죽해서 발효시키는 방법이다.
- **중종법(Sponge and dough method)** : 가루의 일부를 우선 물과 이스트를 섞어 반죽을 하고 충분히 발효시킨 후 남은 가루를 섞어 다시 발효시키는 방법이다.
- **액종법(Liquid ferment)** : 물에 이스트 유지·부재료를 넣고 이스트에 활력이 생기도록 한 다음 밀가루를 넣어 반죽하고 발효시키는 방법이다.
- **연속법(Continuous mixing dough system)** : 유지를 유회시키고 이스트액과 밀가루를 섞어 부드러운 반죽을 하고 급히 틀에 부어 짧은 시간 내에 발효시키는 방법이다.

쌀빵 만들기의 핵심 포인트

물을 조금 더 많이 넣어야 한다.

가루쌀(박력)은 밀가루와 비교해서 입자의 크기가 다르기 때문에 반죽을 할 때는 밀가루로 빵을 만들 때보다 10% 정도의 물을 더 투입해야 한다.

최적 반죽의 온도가 밀가루보다 낮다.

반죽 온도는 빵의 종류에 따라 다르지만 일반적으로 쌀 반죽의 중심 온도는 24°C, 밀반죽의 중심 온도는 27°C가 좋다. 가루쌀(박력)은 밀가루에 비해 온도에 민감하며, 쉽게 발효되는 성질이 있어 가루쌀(박력)은 밀가루보다 낮은 온도로 반죽해야 한다. 가루쌀(박력) 반죽을 차게 유지하기 위해 믹싱 할 때 얼음이나 얼음물을 넣기도 한다.

밀가루에 비해 반죽하는 시간이 길다.

가루쌀(박력)은 밀가루에 비해 20~30초 정도 오래 반죽한다. 물, 버터, 달걀과 같은 수분을 포함한 재료와 가루쌀(박력) 등 건조된 재료의 충분한 수화 과정을 돕기 위해서다. 반죽하는 시간을 늘리면 쌀빵의 탄력이 좋아진다.

1차 발효 시간이 짧다.

일반적으로 밀가루의 1차 발효 시간이 50~60분 정도라고 하면 가루쌀(박력)의 1차 발효 시간은 20~30분 내외이다. 쌀 반죽은 밀가루와 달리 수분을 흡수한 후 일정시간이 지나면 다시 수분을 배출하는데, 1차 발효를 오래 하면 반죽이 질어지고 처지는 현상이 나타날 수 있기 때문이다.

출처 : (주)대두식품



빵맛을 좌우하는

발효 이야기

베이킹 중에서도 가장 어려운 과정이 바로 '발효'다. 발효란 살아 있는 이스트(효모)의 활동으로 반죽 사이사이에 가스가 빵빵하게 차오르는 과정을 말한다. 머핀부터 식빵까지, 빵 특유의 가볍고 고르게 잘 부푼 느낌을 내기 위해선 반죽을 적절하게 발효시키는 것이 가장 중요하다.

발효빵의 경우 보통 '반죽 → 1차 발효 → 성형 → 2차 발효 → 굽기'의 과정을 거쳐 만든다.

Point ① 발효 전 확인, 차진 반죽이 우선

맛있는 빵을 만들기 위한 첫 번째 단계인 반죽에서는 이스트를 고루 잘 섞어 발효가 원활하게 이뤄질 수 있는 여건을 만드는 것이 중요하다. 가루류를 섞을 때 소금과 설탕이 이스트에 직접 닿으면 죽을 수 있으므로 이스트와 쌀 가루 또는 밀가루를 먼저 섞어 코팅한 뒤 넣는 것이 좋다.

그리고 가루류에 40~50℃ 정도의 따뜻한 물을 넣어 반죽을 하는데, 반죽이 한 덩어리가 될 정도로 섞이면 테이블에 힘껏 던졌다가 다시 접어가며 치댄다. 이 과정에서 촉촉하고 처진 결이 만들어진다. 반죽 일부를 떼어 눌러봤을 때 끊어지지 않고 얇게 잘 늘어나면 충분히 반죽된 상태다.

Point ② 발효가 잘 되는 환경에서 두 번 발효하기

잘 만들어진 반죽은 두 차례에 걸쳐 발효시킨다.(빵의 종류에 따라 1차 발효만 거치거나 중간에 휴지시키기도 한다.) 반죽을 둥글려 볼에 담고 랍을 씌워 구멍을 몇 개 뚫은 뒤 28~30℃ 정도의 온도에서 40분~1시간 정도 1차 발효를 한다. 1차 발효를 거치면 반죽 사이사이에 가스가 차올라 부풀며 부드러워진다. 1차 발효된 상태에서 원하는 크기와 모양으로 성형하고, 2차로 40분~1시간 정도 발효해 다시 빵빵하게 부풀도록 만든다. 쌀빵의 경우 25~26℃에서 10분간 1차 발효를 하고 5~10분 휴지 후 모양을 만들어 오븐에 넣기 전까지 2차 발효를 시켜준다. 이스트가 활동하기 좋은 습도와 온도를 맞춰주기 위해 너무 차갑지 않은 곳에 비닐이나 면포를 씌워 놓는다. 냉방을 했거나 추운 겨울에는 예열하지 않은 오븐에 따뜻한 물을 볼에 담아 반죽 옆에 놓아두거나, 전자레인지에 물 1컵을 넣고 2~3분 정도 돌린 뒤 재빨리 반죽을 넣고 문을 닫아두면 발효가 잘 된다. 또는 따뜻한 물이 담긴 냄비 위에 볼을 올리고 면포로 덮어 두어도 된다.

Point ③ 발효시간은 반죽의 상태를 보며 조절하기

발효는 온도나 습도 등의 환경과 반죽 상태에 영향을 많이 받기 때문에 시간을 절대적인 기준으로 따르기 보다는 발효 상태를 눈으로 확인하는 것이 좋다. 잘 발효된 반죽은 부피가 2배 정도로 늘어나고, 손가락으로 눌렀을 때 반죽에 난 구멍이 다시 차오르지 않고 그대로 남는다. 또한 분할을 위해 반죽을 만졌을 때 사이의 기포가 느껴지는데 이러한 감을 익히도록 노력해야 한다.





전문가가
추천하는

제과제빵 기본 도구

빵 만들기를 보다 효율적이고 간편하게 도와주는 도구들이 있다. 사용빈도가 높은 도구들을 알아두자. 알뜰주걱이나 찰주머니, 밀대와 체는 가장 기본적으로 사용되는 도구들이고, 반죽을 하거나 거품을 내는 소형 제빵기기는 매우 유용한 도구이다.

- **밀대** 잘 만들어진 반죽을 틀로 찍거나 성형하기 전 균일한 두께로 만들려면 밀대가 필요하다.
- **믹싱볼** 하나의 빵을 만들 때도, 믹싱볼이 여러 개 필요한 경우가 많다. 그래서 믹싱 볼은 다양한 크기로 넉넉한 수량을 가지고 있는 것이 좋다.
- **계량스푼 & 저울** 베이킹은 정확한 계량이 기본이다. 액체류는 계량 스푼이나 컵으로 부피를 재면 편리하고, 가루류의 중량은 저울을 이용해 계량한다.
- **반죽틀** 기본 원 모양으로 몇 가지 다른 크기의 틀을 구비해 둔다. 케이크 시트의 가장자리를 정리할 땐 지름 15cm의 1호 틀을 쓰면 좋고, 손바닥보다 약간 작은 원 모양의 틀은 스콘 반죽이나 컵케이크 시트를 찍어낼 때 사용한다.
- **술** 액체류를 바를 때 요긴하다. 빵 위에 시럽을 바르거나 반죽에 달걀물을 바를 때, 틀에 버터나 식용유를 발라 코팅할 때 사용한다.
- **알뜰주걱(스패츨러)** 팬이나 볼에 넣어붙은 반죽과 크림 등을 깨끗하게 긁어낼 수 있다. 베이킹은 정량의 재료를 사용하는 것이 중요하기 때문에 더욱 도움이 된다.
- **체** 가루재료를 곱게 내릴 때, 데코 스노우를 예쁘게 고루 뿌릴 때 사용한다. 베이킹 용으로는 그물망이 촘촘한 체가 좋다.
- **찰주머니** 반죽을 짜서 틀에 담을 때, 생크림이나 가나슈, 시럽을 뿌릴 때 등 조리과정은 물론 데코할 때도 요긴하다. 반죽을 찰주머니에 담아 짜면 주걱이나 스푼으로 하는 것보다 훨씬 깔끔하고 빠르다. 찰주머니 끝에 다양한 깍지를 끼우면 크림을 예쁘게 짜서 장식 할 수 있다.
- **스크래퍼** 반죽을 분할하거나 넣어붙은 반죽을 떼어낼 때, 물기 많은 반죽을 섞을 때 사용하면 좋다.
- **제스터** 레몬이나 오렌지 등 향이 좋은 과일 껍질을 갈거나 단단한 치즈를 갈 때 사용한다.
- **식힘망** 쿠키나 케이크 시트 등 오븐에 구운 뒤 한 김 식혀야 맛있는 요리는 식힘망에 올려 식힌다. 바닥이 막혀있지 않아 식으면서 습기가 차는 걸 방지한다.

- **소형 제빵기기** 가정에서 손쉽게 빵 만들기를 할 수 있는 소형 기기들이 많이 출시되고 있다. 휘핑기나 거품기는 별도로 구분해 구입해도 되지만, 두가지 기능을 모두 가지고 있는 핸드믹서기를 장만하면 편리하다. 반죽기는 빵 반죽을 빠르고 효과적으로 도와주는 제품으로 가정용 반죽기도 출시되고 있다.





전문가도
알쏭달쏭

제과제빵 용어 정리

‘빵 만들기’ 과정을 보면 낯선 용어가 등장한다. 제과제빵에 일상적으로 쓰이는 용어도 있고, 꼭 필요한 재료명이기도 하다. 이해를 돕기 위해 몇 가지 용어를 정리했다.

빵 이름

- **베이글** 미국에서 유래한 동그랗고 안에 구멍이 뚫려 있는 빵으로 담백한 맛이 특징이다.
- **브라우니** 견과류 등을 넣어 만든 초콜릿 케이크이다.
- **브리오슈** 버터, 달걀을 다량 넣어 부드럽게 굽는데, 오래 두고 먹는 유럽 전통 빵이다.
- **비엔누아즈** 당도가 있는 유럽 전통 빵의 한 종류이다.
- **스콘** 영국식 쿵 브레드로 밀이나 보리, 오트밀을 주재료로 베이킹파우더를 넣어 바로 굽는 빵이다.
- **카스텔라** 밀가루에 달걀, 설탕, 꿀 등을 섞어 구운 빵으로 폭신한 식감이 특징이다.
- **케이크** 밀가루와 달걀, 설탕을 주재료로 해서 만드는데, 베이킹파우더와 같은 팽창제를 넣어 빵보다 폭신한 질감이 있다.
- **파운드케이크** 밀가루, 달걀, 설탕을 1:1:1로 섞어 만든 케이크이다. 식감을 위해 비율을 달리하기도 한다.

기본적인 제빵용어

- **묵은 반죽** 빵을 굽고 남은 반죽으로, 반죽물성을 개선시키고, 빵의 풍미와 맛을 좋게 한다. 같은 배합의 전반죽을 넣는 것이 원칙이며, 없을 때에는 생략하거나 사워종으로 대체해도 된다.
- **스펀지** 본반죽에 넣는 전 반죽으로 수율(수분의 비율)을 높이고 이스트의 활성을 최대화시켜 빵의 볼륨과 풍미를 개선하기 위해 만든 것이다.
- **클린업 단계** 반죽이 한 덩어리로 뭉쳐지는 단계로, 반죽(믹싱)을 시작해서 약 4~5분 후면 클린업 단계라 할 수 있다.
- **최종 단계** 글루텐 100% 형성되는 단계로 반죽을 계속하여 반죽기에서 반죽이 깔끔하게 떨어지는 단계이다.
- **휴지** 마른 재료와 젖은 재료가 충분히 섞일 수 있도록 반죽을 잠시 쉬게 하는 것이다.
- **오븐 스프링** 빵 반죽이 오븐 안에서 부풀어 오르는 정도를 말한다.
- **믹싱** 믹싱볼에 반죽 재료를 넣고 섞거나 반죽기, 핸드믹서를 돌려 반죽한다는 의미이다.
- **휘핑** 핸드믹서를 이용해 거품을 내는 과정인데, 밀도가 높고 단단하게 거품을 내는 것이다.
- **크림화** 버터를 거품기로 부드럽게 푸는 과정이다.
- **팬닝** 팬에 성형한 반죽을 나란히 늘어놓는 과정이다.
- **탕종** 밀가루나 가루쌀(박력)을 뜨거운 물로 점성 있게 반죽하여(호화시켜) 냉장고에 넣어 숙성시킨 다음 반죽할 때 넣는 익반죽을 말한다. 수분결합력을 높여 빵이 오랫동안 촉촉하도록 유지시켜주고 쫄깃한 식감을 낼 때 사용된다.
- **일반적인 배합** 처음에 호밀가루와 물을 1:1로 배합하여 실온(23~27℃)에서 24시간 배양 후 밀가루와 물을 계속 더하여 먹이를 주면서 발효종을 만드는 방법을 말한다.

우리쌀빵 기능경진대회 이야기

수입 밀가루를 대체할 수 있는 가루쌀을 이용한 우리 쌀빵에 대한 소비자 인식제고와 쌀 신소비층 확보를 위해 2017년부터 (사)대한제과협회와 함께 「우리쌀빵 기능경진대회」를 시작하였다.

경진대회를 시작한 첫해와 그 다음 해인 2018년에는 분질미 품종인 '수원542호' 품종을 활용하여 쌀빵 레시피가 개발될 수 있도록 하였고, 2019년부터 밀가루처럼 바로 빵아 쓸 수 있는 가루쌀(바로미 2) 품종이 개발되어 이 품종을 활용한 다양한 제과·제빵 제품을 개발하여, 정부가 정책적으로 추진하고 있는 가루쌀 생산확대와 연계하여 소비가 확산될 수 있도록 추진하고 있다.

「우리쌀빵 기능경진대회」는 매년 10~11월 전국 (사)대한제과협회 회원들이 40명 내외의 참가자를 모집하여 가루쌀을 활용한 다양한 제과·제빵 레시피를 개발·출품하여 맛, 예술성, 독창성, 시장성, 배합표, 프리젠테이션 등 심사를 통해 수상작을 선정하게 된다.

매년 가루쌀 소비활성화를 위해 소비자 접근성이 높은 코엑스 등에서 행사를 추진하고, 보도자료 배포 등을 통해 가루쌀을 활용한 제과·제빵 제품화에 대한 홍보를 추진하고 있다. 특히 2023년도에는 농림축산식품부와 함께 협업 추진하여 본선 현장 라이브경진을 추진하여, 현장에서 직접 가루쌀을 활용한 제과·제빵 과정을 보여주면서 많은 소비자에게 큰 호응을 받았으며, 가루쌀 활용 레시피 공유에 대한 다수의 요청이 있었다.

이에 가루쌀(바로미 2)을 활용한 주요 수상작 레시피 북을 제작하여 다양한 우리쌀빵을 홍보하고, 소비자들이 가루쌀을 활용해서 쉽게 제과·제빵을 만들어 볼 수 있도록 제공하고자 한다.

- 1회(2017년) : 2017. 10. 27.(금), COEX | 수원542호 활용 | 수상자 18명
- 2회(2018년) : 2018. 11. 21.(수), 식량원 중부작물부 | 수원542호 활용 | 수상자 25명
- 3회(2019년) : 2019. 11. 21.(목), COEX | 가루쌀(바로미 2) 활용 | 수상자 25명
- 4회(2020년) : 2020. 12. 5.(토), 한국제과학교 | 가루쌀(바로미 2) 활용 | 수상자 31명
- 5회(2021년) : 2021. 11. 26.(금), COEX | 가루쌀(바로미 2) 활용 | 수상자 36명
- 6회(2022년) : 2022. 11. 26.(토), 한국제과학교 | 가루쌀(바로미 2) 활용 | 수상자 29명
- 7회(2023년)
 - (예선) 2023. 10. 4.(수), 김제 종자산업진흥센터 | 가루쌀(바로미 2) 활용 | 19팀 본선진출
 - (본선) 2023. 12. 23.(목), COEX | 가루쌀(바로미2) 활용 | 수상자 19명
- 8회(2024년) : 2024. 11. 17.(목), 식량원 중부작물부 | 가루쌀(바로미 2) 활용 | 수상자 35명

우리쌀빵 경진대회 세부요강

경연품목

가루쌀(바력) 이용하여 동일한 조건에서 제과 3종(소형구움과자 2가지, 파운드 또는 롤케이크, 자유), 제빵 3종(건강빵, 조리빵, 자유)을 모두 만들어서 완성품을 출품하는 방식으로 한다.

참가자격

(사)대한제과협회 회원으로 지회의 추천을 받은 제과인(업주 및 기술인) 40명 내외로 한정한다.

경진규정

농촌진흥청에서 제공하는 가루쌀(바로미 2)을 사용하여 제품을 출품하여야 한다(쌀빵의 배합비/레시피 제출).

* 시식용 제품은 별도로 준비한다(시식용 제품 미준비 시 맛 심사 감점)

* 경연 참가자 준비사항 : 유니폼, 위생모자 착용(미착용 시 감점)

심사규정

작품심사 및 포상에 있어 공정성과 원활한 대회 운영을 확보하기 위해 심사위원회의 구성과 심사방법, 포상 등은 본 규정이 정하는 바에 따른다.

* 심사위원회 : 협회 임원, 업계와 학계인사 등으로 본회 기술분과위원회에서 추천하고 본회 회장이 15명 내외로 위촉한다.

* 심사항목 : 맛, 예술성, 색상 조화, 독창성, 창의성, 시장성, 대중성, 배합표, 프리젠테이션 등

인센티브 제공

농촌진흥청과 대한제과협회는 우수 쌀빵제품에 대해 시상금(트로피)과 함께 쌀빵 전문점 육성을 통하여 사업화 지원 등



제7회 우리쌀빵 기능경진대회(2023년, COEX) 라이브 경진



제8회 우리쌀빵 기능경진대회(2024년, 식량원 중부작물부)



우리쌀빵 기능경진대회 수상작 레시피

RICE BREAD
CONTEST
CONFECTIONERY
AND BAKING
RECIPE

가루쌀 제과·제빵 레시피 모음

2019~2024년
우리쌀빵 기능경진대회 수상

2024년

제과부문

대상 | 이어진
최우수상 | 김건호
금상 | 이경희, 박수홍, 정다은

제빵부문

대상 | 김소연
최우수상 | 양지훈
금상 | 이용희, 진선경, 이용기

2023년

제과부문

대상 | 최종원
최우수상 | 백소라
금상 | 강인주, 김홍익, 이보라

제빵부문

대상 | 박명수
최우수상 | 김명강
금상 | 김소연, 이경민, 최재웅

2022년

최우수상 | 조운승

2021년

최우수상 | 조익종

2020년

최우수상 | 윤두열

2019년

최우수상 | 이은미

2024년

가루쌀 제과·제빵 레시피 모음



제과 부문

01 유자오렌지 쌀 피낭시에

02 단호박 쌀 파운드

03 공주밤 쌀 마들렌

04 밤나무 그루터기 쌀롤

05 통팥 쌀 티그레

06 유자 쌀 후로랑탕

07 유자 바질 트리 케이크

08 들깨피칸 마들렌

09 호지차 헤이즐밤롤

10 무화과 마들렌 노첼로

11 바닐라 피낭시에 아마레또

12 후르츠 바닐라 파운드

13 쫄득 쌀 휘낭시에

14 쌀 마롱 티라미수 롤케익

15 쌀 쿠키

01

유자오렌지
쌀
피낭시에

재 료

피낭시에

- 흰자 100g
- 무염버터 150g
- 설탕 140g
- 꿀 35g
- 아몬드분말 70g
- 가루쌀(박력) 50g
- 유자청 50g
- 오렌지필 20개 분량

쌀사브레

- 무염버터 100g
- 황란 20g
- 슈가파우더 45g
- 가루쌀(강력) 120g
- 가루쌀(박력) 30g

가루쌀(박력)장식

- 가루쌀(박력) 50g
- 물 250g
- 설탕 25g

토픽크림

- 크림치즈 80g
- 슈가파우더 20g
- 마스카포네 20g



만드는 방법

피낭시에

- 01 흰자, 설탕, 꿀에 체 친 가루를 섞은 후, 20~25% 정도 태운 버터를 나누어 섞는다.
- 02 ①에 유자청 50g을 넣고, 미니 바통틀에 24g씩 팬닝한 후 오렌지필 1개를 넣는다. 그리고 170도에서 12분 굽는다.

쌀사브레

- 01 무염버터와 슈가파우더를 잘 섞은 후 체 친 가루분을 넣는다.
- 02 얇게 밀어서 냉동 또는 냉장에서 휴지, 0.5cm 두께로 밀어주고 30분간 냉동 휴지시킨다. 타원형 세르클로 찍어 165도로 예열된 오븐에 12분 굽는다.

토픽크림

- 01 크림치즈와 슈가파우더를 비터로 잘 섞은 후 마스카포네를 넣고 가볍게 섞은 후 바통 피낭시에 위에 돌려 짠다.

02

단호박 쌀 파운드

재료

파운드

- 무염버터 300g
- 설탕 300g
- 계란 360g
- 가루쌀(강력) 231g
- 가루쌀(박력) 99g
- 단호박분말 35g
- BP 6g
- 구운 단호박 120g
- 생크림 15g
- 삼색콩절임 225g

블랙베리잼

- 냉동블랙베리 500g
- 설탕 300g
- 레몬즙 4g

장식물

- 마지팬 15g
- 식용색소 2g
- 구운단호박 30g



만드는 방법

블랙베리잼

- 01 버터와 설탕을 크림화시키고 계란을 나눠서 투입한다.
- 02 ①에 체 친 가루를 넣고 1단으로 돌린다.
- 03 구운 단호박과 생크림을 넣는다.
- 04 마지막에 삼색 콩절임을 고무주걱으로 섞는다.
- 05 160도에 25분 굽는다.

파운드

- 01 냉동블랙베리와 설탕을 충분히 끓인 후 레몬즙을 넣는다.
- 02 식은 잼을 반죽 가운데에 넣는다.
- 03 구운 단호박과 마지팬으로 장식한다.

03

공주밤
쌀
마들렌

재 료

마들렌

- 계란 220g
- 설탕 20g
- 꿀 35g
- 가루쌀(강력) 160g
- 가루쌀(박력) 40g
- BP 4g
- 무염버터 180g
- 한산소곡주 20g
- 찐 공주밤 140g
- 생크림 40g

초코쌀사브레

- 무염버터 100g
- 황란 20g
- 슈가파우더 45g
- 가루쌀(강력) 120g
- 가루쌀(박력) 30g
- 코코아 10g



만드는 방법

- 01 계란, 설탕, 꿀을 중탕시킨 후 믹싱한다.
- 02 체 친 가루분을 넣고 섞는다.
- 03 녹인 버터를 넣고 섞는다.
- 04 공주밤과 생크림, 한산소곡주를 잘 풀어 섞어주고 ③에 넣는다.
- 05 마들렌 틀에 반죽 40g을 짜고 공주밤 한 알을 넣는다.
- 06 170도에서 14분 굽는다.
- 07 무염버터와 슈가파우더를 잘 섞은 후 체 친 가루분을 넣는다.
- 08 얇게 밀어서 냉동 또는 냉장에서 휴지시킨다.
- 09 0.5cm 두께로 밀어주고 30분간 냉동 휴지시킨다.
- 10 둥근 세르클로 찍어 165도로 예열된 오븐에 12분 굽는다.

04

밤나무
그루터기
쌀롤

재료

쌀 머랭 롤

- 가루쌀(박력) 91.4g
- 흰자 274.3g
- 설탕 297.1g
- 난백분말 5.7g
- 다크 초콜릿 91.4g

밤크림

- 체스트넛 페이스트 134.5g
- 생크림 26.9g
- 바카디 골드 4g

화이트 초코 밤크림

- 생크림(a) 136.4g
- 바닐라 빈 0.5개
- 트리몰린 13.6g
- 물엿 13.6g
- 화이트 초콜릿 45.5g
- 가루 젤라틴 1.5g
- 물 7.6g
- 생크림(b) 204.5g
- 당적밤 127.3g



만드는 방법

쌀 머랭 롤

- 01 흰자를 휘핑한다. 설탕과 난백 분말을 3번에 나누어 넣으며 머랭을 만든다.
- 02 체에 내린 가루쌀(박력)을 넣고 가볍게 섞은 뒤 녹인 다크 초콜릿을 넣고 약간만 섞는다.
- 03 철판에 원형 각지를 사용하여 찐다.
- 04 슈가 파우더를 뿌린 후 컨벡션 175도에서 12분 굽는다.

밤크림

- 01 체스트넛 페이스트와 체스트넛 스프레드를 푼다.
- 02 휘핑한 생크림을 넣고 섞는다. 바카디 골드를 넣고 마무리한다.

화이트 초코 밤크림

- 01 생크림(a)에 바닐라빈, 트리몰린, 물엿을 넣고 끓인다.
- 02 물과 섞어놓은 가루젤라틴과 초콜릿에 붓는다. 생크림(b)을 넣고 섞는다.
- 03 냉장 숙성 후 휘핑하여 다진 당적밤과 섞는다.

데코레이션

- 01 10개 기준으로 쌀 머랭 롤 씨트 760g에 화이트 초코 밤크림 550g을 발라준 뒤 원형 각지를 사용하여 밤크림 100g을 가로로 길게 짜 말아 준다.
- 02 4.5cm로 재단 후 윗면에 밤크림을 한 개당 20g씩 짜준다.
- 03 내피 밤과 초콜릿 장식물을 이용하여 장식한다.

05

통팔
쌀
티그레

재료

쌀 티그레 반죽

- 가루쌀(박력) 52.7g
- 갈색 설탕 138.6g
- 흰자 129.6g
- 꿀 34g
- 태운 버터 173.3g
- 소금 0.6g
- 아몬드 분말 50.6g
- 베이킹 파우더 1.4g
- 다크 초콜릿 69.3g

카라멜 가나슈

- 설탕 50.7g
- 생크림 48.2g
- 버터 9.6g
- 소금 1g
- 칼리바우트 골드 초콜릿 0.5g
- 통팔앙금 320g



만드는 방법

쌀 티그레 반죽

- 01 하루 전날 티그레 반죽에 들어가는 태운 버터를 만든다.
- 02 갈색 설탕, 흰자, 꿀을 섞는다. 가루쌀(박력), 아몬드 분말, 베이킹 파우더를 체에 내려 섞는다. 태운 버터를 3번에 나누어 섞고, 다크 초콜릿을 잘게 다져 섞는다.
- 03 하루 숙성 시켜 65g씩 팬닝 후 컨백션 오븐 170도에서 15분 이상 굽는다.

카라멜 가나슈

- 01 냄비에 소금, 생크림을 넣고 끓여준다.
- 02 냄비에 설탕을 넣고 가열하여 카라멜을 만든다.
- 03 끓인 생크림을 조금씩 넣은 뒤 초콜릿에 붓는다. 버터를 넣고 마무리한다.

데코레이션

- 01 구워진 티그레 홈에 통팔앙금을 7g 채워 넣는다. 통팔앙금 테두리를 따라 카라멜 가나슈를 11g 찐다. 그 위에 통팔앙금을 25g 올리고 초콜릿 장식물을 올려준다.

06

유자 쌀 후로랑탕

재료

쌀 파트 슈크레

- 가루쌀(박력) 59.6g
- 무염버터 49.7g
- 분당 19.9g
- 전란 4g
- 아몬드 분말 6.6g
- 소금 0.2g

쌀 후로랑탕 토핑

- 무염버터 27.4g
- 생크림 16.1g
- 설탕 16.1g
- 꿀 13.7g
- 백아몬드 슬라이스 48.3g
- 냉동 유자필 8.5g



만드는 방법

쌀 파트 슈크레

- 01 부드럽게 해동한 무염버터와 소금을 비터로 푼다. 전란을 2~3번 나누어 섞고, 분당, 가루쌀(박력), 아몬드 분말을 체에 내려 섞는다.
- 02 충분한 휴지 후 0.8cm로 밀어 컨백션 오븐 180도로 약 20분 굽는다.

쌀 후로랑탕 토핑

- 01 생크림, 설탕, 꿀을 냄비에 넣고 가열한다.
- 02 백아몬드 슬라이스와 잘게 다진 유자필을 넣고 섞다가 버터를 넣고 살짝 더 가열한 뒤 쌀 파트 슈크레에 붓는다.
- 03 L자 스페츨러로 균일하게 퍼준 뒤 컨백션 오븐 180도에서 색이 충분히 날 정도로 굽는다.

데코레이션

- 01 충분히 식힌 쌀 후로랑탕을 원하는 크기로 재단한다.
- 02 템퍼링 한 다크 초콜릿에 아랫면을 디핑한다.
- 03 윗면에 유자필을 뿌려 장식한다.

07

유자
바질 트리
케이크

재 료

유자바질케익 반죽

- 가루쌀(박력) 120g
- BP 6g
- 버터 170g
- 설탕 135g
- 유자청 60g
- 바질잎 10g
- 계란 150g

유자바질 가나슈

- 화이트초콜릿 80g
- 유자초콜릿 25g
- 유자원액 50g
- 바질잎 2g

바질크림

- 생크림 300g
- 아가아가 0.5g
- 화이트초콜릿 100g
- 바질 10g

유자글라세

- 유자원액 40g
- 슈가파우더 160g
- 라임제스트 소량



만드는 방법

유자바질케이크

- 01 버터와 설탕을 크림화한다. 계란을 조금씩 투입하여 잘 섞는다.
- 02 가루재료를 넣고 섞은 후 유자청과 바질잎을 잘 다져넣고 섞는다.
- 03 팬닝 후 165℃에 20분 굽는다.
- 04 유자바질가나슈_초콜릿과 원액은 잘 녹인다. 바질잎을 넣고 바믹서로 갈아 유화시켜준다.
- 05 유자글라세_원액과 파우더를 잘 섞어주고 케이크가 구워져 나오면 뜨거울 때 발라준다.

바질크림

- 01 생크림과 아가를 넣고 끓인다(80℃ 이상 1분 정도).
- 02 화이트초콜릿에 부어 유화시킨 후 한김 식으면 바질잎을 넣고 바믹서로 간다. 잘 휘핑하여 파이핑한다.

몽타주

- 01 구워진 트리케이크에 글라세를 바르고 뒷면에 가나슈를 채운다. 그 위에 바질크림을 얹고 장식하여 마무리한다.

08

들깨 피칸 마들렌

재료

들깨마들렌

- 가루쌀(박력) 150g
- 들깨가루 22g
- bp 4g
- 생크림 40g
- 볶은들깨 10g
- 피칸분태 20g
- 버터 160g
- 계란 150g
- 설탕 105g
- 꿀 30g
- 소금 2g

유자가나슈

- 화이트초코 130g
- 생크림 70g
- 유자청 70g

들깨트윌

- 흰자 55g
- 설탕 40g
- 가루쌀(박력) 15g
- 녹인버터 20g
- 소금 소
- 들깨 55g

코팅

- 화이트초코 150g
- 들깨가루 15g
- 포도씨유 10g
- 카카오버터 20g



만드는 방법

들깨마들렌

- 01 생크림에 들깨를 부수면서 넣어 데워 향 우려주고, 버터를 녹여준다.
- 02 계란, 설탕, 꿀, 소금 섞고 가루재료 섞은 후 버터와 생크림 섞고 구운 피칸 섞어서 냉장 휴지시킨다. 175℃ 18분 정도 굽는다.
- 03 유자가나슈_초콜렛은 녹이고 생크림은 데워서 유자청과 함께 모두 섞는다.
- 04 들깨트윌_모든 재료를 모두 골고루 섞어 얇게 펴서 165℃에 12분 정도 굽는다.
- 05 코팅_초콜렛과 카카오버터는 녹이고 전부 섞는다.

몽타주

- 01 마들렌 아래쪽에 구멍을 내어 유자가나슈를 넣는다. 윗부분에 코팅가나슈를 씌워주고 피칸과 들깨트윌로 장식하여 마무리한다.

09

호지차
헤이즐밤롤

재료

시트

- 가루쌀(박력) 100g
- 호지차가루 12g
- 소다 2g ● 우유 80g
- 노른자 140g ● 설탕 100g
- 흰자 180g ● 설탕 50g

밤밀크크림

- 밤페이스트 80g
- 밤스프레드 80g
- 생크림 280g
- 밀크초코 150g
- 찬생크림 280g

크럼블

- 버터 40g ● 설탕 40g
- 가루쌀(박력) 20g
- 호지차 10g
- 아몬드분말 20g
- 전분 20g ● 소금 2g

호지크림

- 우유 300g ● 노른자 50g
- 설탕 50g
- 가루쌀(박력) 10g
- 전분 10g ● 호지차 15g
- 생크림 180g ● 꿀 18g

데코밤크림

- 밤페이스트 240g
- 버터 50g ● 럼 12g

코팅

- 밀크초코 360g
- 포도씨유 140g
- 헤이즐넛 100g

바닐라크림

- 화이트초코 150g
- 바닐라빈 1개 ● 생크림 250g
- 찬생크림 250g



만드는 방법

시트

- 01 가루 재료는 체 쳐둔다. 노른자와 설탕을 섞고 흰자와 설탕은 머랭을 올린 다음 노른자에 조금 덜어 섞은 후 가루 재료를 섞는다.
- 02 우유를 섞은 후 나머지 머랭을 섞고 평철판에 팬닝한다.
- 03 170℃에 10~12분 굽는다.
- 04 데코 밤크림 전 재료를 모두 부드럽게 찢기 좋은 농도로 잘 섞는다.
- 05 코팅_밀크초코를 녹인 후 포도씨유를 섞고 구운 헤이즐넛을 잘게 다져 섞는다.

밤밀크크림

- 01 밤페이스트와 스프레드를 생크림과 함께 풀어주고 데워서 밀크 초콜렛과 함께 섞어 가나슈를 만든다.
- 02 차가운 생크림을 ①에 섞어주고 하룻동안 냉장에 둔다. 다음날 휘핑하여 사용한다.

10

무화과 마들렌 노첼로

재료

- 계란 540g
- 설탕 480g
- 가루쌀(박력) 540g
- BP 30g
- 아몬드파우더 90g
- 시나몬파우더 10g
- 무화과 다이스 160g
- 호두 100g



만드는 방법

- 01 30℃에 중탕한다.
- 02 체 친 가루분을 ①에 혼합한다.
- 03 건과류 혼합 후 하루 숙성시킨다.
- 04 마들렌 틀에 팬닝 후 컨벡션 오븐 162℃에 12분 굽는다.
- 05 식으면 한 개씩 시럽(설탕 시럽 500g, 노첼로 30g)에 담그고 꺼낸다.

11

바닐라
피낭시에
아마레도

재 료

- 버터 450g
- 바닐라빈 1개
- 흰자 690g
- 트리몰린 60g
- 분당 630g
- 아몬드분말 260g
- 가루쌀(박력) 260g
- BP 10g



만드는 방법

- 01 버터, 바닐라빈을 중탕 50℃에서 우린다.
- 02 흰자, 트리몰린을 30℃에 중탕한다.
- 03 가루류 혼합 후 하루 숙성 시킨다.
- 04 틀에 팬닝 후 무화과 두쪽 올리고, 컨백션 오븐 162℃에 12분 굽는다.
- 05 식으면 한 개씩 시럽(설탕 시럽 500g, 아마레도 30g)에 담그고 꺼낸다.

12 후르츠 바닐라 파운드

재료

- 바닐라빈 1개
- 크림치즈 130g
- 버터 500g
- 물엿 40g
- 설탕 480g
- 계란 400g
- 가루쌀(박력) 480g
- 아몬드분말 80g
- BP 10g
- 후르츠 300g



만드는 방법

- 01 볼에 바닐라빈을 긁어낸 것을 넣고, 나머지 재료 골고루 섞는다.
- 02 계란량을 3회 나누어 섞는다.
- 03 체 친 가루분을 넣고 섞은 다음 후르츠를 넣고 섞는다.
- 04 지름 9cm 원형틀에 110g씩 팬닝한다.
- 05 윗불 180℃, 밑불 190℃ 30분 정도 굽는다.
- 06 녹인 초코릿에 구운 마카다미아 넣고 옆면을 데코한다.
- 07 생크림을 짜고 장식 마무리한다.

13

쫄득
쌀
휘낭시에

재료

쌀휘낭시에

- 버터 55g
- 흰자 51g
- 설탕 45g
- 꿀 10g
- 구운소금 0.5g
- 가루쌀(박력) 16g
- 아몬드가루 28g

산딸기 글라사주

- 물 110g
- 산딸기 퓨레 110g
- 설탕 448g
- 물엿 448g
- 연유 300g
- 젤라틴 26g
- 이보아즈(w) 35% 448g
- 빨간색소 4~5방울



만드는 방법

- 01 냄비에 부드러운 버터를 넣고 연한 갈색이 될 때까지 태워준 후 차가운 물에 잠깐 넣었다가 꺼내 온도를 60℃ 정도로 유지한다.
- 02 볼에 버터, 흰자, 설탕, 꿀, 구운소금을 모두 넣고 거품기로 조밀한 거품을 내며 섞는다.
- 03 2에 가루쌀(박력), 아몬드가루를 체 쳐 넣고 거품기로 가볍게 섞는다.
- 04 태운 버터를 3에 5~6회 나눠 넣어가며 섞어 반죽을 완성한다.
- 05 틀에 반죽을 90% 팬닝한 후 190℃에 10분 가량 굽는다.
- 06 구운 휘낭시에에 산딸기 글라사주를 바르고, 원하는 데코를 올려 마무리한다.

산딸기 글라사주

- 01 물, 물엿, 설탕, 산딸기 퓨레를 넣어 103도까지 끓인다(젤라틴을 찬물에 불린다).
- 02 끓인 1을 연유에 넣고 섞은 후 불린 젤라틴을 넣는다.
- 03 녹인 화이트초콜릿을 2에 넣어주고 색소를 넣고 블렌더로 간다.

14

쌀 마롱 티라미수 롤케익

재료

- 난황 240g
- 설탕A 36g
- 꿀 33g
- 물엿 33g
- 꿀 향 2.5g
- 유지 30g
- 우유 54g
- 가루쌀(박력) 120g
- 난백 288g
- 설탕B 144g
- 보닉밤 200g
- 우유 200g
- 크림치즈 200g
- 생크림 400g
- 설탕 60g
- 토피넛가루 100g
- 젤라틴 20g



만드는 방법

별립법

- 01 난황, 설탕A, 꿀, 물엿, 꿀 향을 믹싱볼에 넣고 휘퍼로 뽀얀 아이보리 색이 날 때까지 거품을 올린다.
- 02 뽀얗게 올라온 ①에 유지와 우유를 넣은 후, 가루쌀(박력)을 넣고 잘 섞는다.
- 03 난백에 설탕B를 넣고 머랭을 70% 정도 올린다.
- 04 ②에 머랭을 절반 넣어서 섞은 뒤 나머지 머랭을 다 넣고 잘 섞는다.
- 05 윗불 180℃, 밑불 180℃에 10분에서 12분 굽는다.

보닉밤 티라미수크림

- 01 맛밤과 우유를 함께 끓인 후 곱게 갈아 차게 식힌다.
- 02 차게 만든 밤페이스트, 크림치즈, 생크림, 설탕, 토피넛가루를 섞어서 휘핑해 밤크림을 만든다.
- 03 차가운 물에 불려둔 젤라틴을 전자렌지에 넣고 녹여준 후 ②에 넣어 섞는다.
- 04 원형을 틀에 시트를 깔고 크림-밤-시트-크림-시트 순으로 깔아준 후 냉장고에서 2시간 이상 굳혀준다.

15

쌀 쿠키

재 료

- 가루쌀(박력) 75g
- 아몬드가루 56g
- 슈가파우더 52g
- 구운소금 1g
- 버터 63g
- 전란 35g



만드는 방법

- 01 푸드 프로세서에 차갑게 준비한 가루쌀(박력), 아몬드가루, 슈가파우더, 구운소금, 버터를 넣고 고운 가루 느낌이 날 때까지 갈아준다.
- 02 전란을 넣어 같이 갈아준 후 한 덩어리로 뭉쳐지면 손으로 치대 날가루가 보이지 않게 한 덩어리로 만든다.
- 03 OPP 필름에 옮긴 후 3mm 각박을 놓고 밀대로 평평하게 밀어 냉동실에 얼린다.
- 04 원하는 모양을 찍어 170℃로 예열한 오븐에 7~8분 굽는다.

가루쌀 제과·제빵 레시피 모음
2019~2024년 우리쌀밥 기능경진대회 수상



2024년

가루쌀 제과 · 제빵 레시피 모음



제빵 부문

* 강력가루쌀(글루텐 16% 포함)

- 01 핑거라임 새싹감자
- 02 아로니아 효소 병아리콩빵
- 03 배 안에 유자를 품다
- 04 새우 꽃이 피었습니다
- 05 시골쌀빵 촌쌀빵
- 06 먹물 리조또
- 07 버섯 정식
- 08 새우&아보카도 샌드위치
- 09 먹구마
- 10 까망감자

01

핑거
라임
새싹감자

재료

- 가루쌀(강력) 500g
- 설탕 80g
- 소금 4g
- 이스트 16g
- 계란 100g
- 황란 20g
- 우유 200g
- 버터 50g
- 탕종 100g

탕종

- 가루쌀(강력) 400g
- 설탕 40g
- 소금 40g
- 물 800g

Tip

속

감자 760g, 옥수수콘 108g
마요네즈 108g, 양파 108g

마늘소스

버터 700g, 설탕 350g
마늘 150g, 마요네즈 200g

연유 100g, 생크림 100g
계란 100g



만드는 방법

- 01 버터와 탕종을 제외한 재료를 넣고 1단에서 3분, 2단에서 10분 믹싱한다.
- 02 클린업 상태에서 버터와 탕종을 넣고 최종 단계까지 믹싱한다.
- 03 반죽 온도 26℃, 1차(20분) 발효한다.
- 04 80g씩 분할 후 둥글린다(벤치타임 10분).
- 05 속 재료 80g씩 넣고 감싸준다.
- 06 16cm로 모양 잡아서 파마산치즈 찍은 후 2차(30분) 발효한다.
- 07 중간에 칼집 내서 크림치즈 15g, 옥수수콘 8g 올려서 210℃, 190℃에 철판 깔고 9분 굽는다.
- 08 구운 뒤, 마늘소스 바른 후 새싹과 핑거라임 올려서 마무리한다.

02

아로니아 효소 병아리콩빵

재료

- 가루쌀(강력) 1,031g
- 소금 22g
- 드라이이스트 20g
- 물 872g
- 아로니아 효소 70g
- 치크피배기 200g
- 호두 150g
- 크랜베리 75g
- 건포도 75g
- 먹물 10g
- 슈레드파마산 50g

폴리쉬

- 가루쌀(강력) 218g
- 물 218g
- 드라이이스트 1g

Tip

식용유 100g, 물 100g,
가루쌀(강력) 10g,
파마산치즈 40g,
홍국쌀가루 5g
믹서기로 갈아서 굽는다.



만드는 방법

- 01 충전물을 제외한 나머지 재료를 넣고 1단에서 3분, 2단에서 10분, 믹싱 후 피반죽으로 사용할 400g을 덜어놓은 후 충전물을 넣고 섞는다.
- 02 피반죽에는 먹물 10g을 섞는다.
- 03 반죽 온도 24℃, 1차(20분) 발효한다.
- 04 충전물이 들어간 반죽은 250g으로 피반죽은 40g으로 분할 후 둥글리기 한다(벤치타임 15분).
- 05 피반죽을 타원형으로 넓게 펴준다.
- 06 충전물 반죽을 원루프로 성형한 뒤 피반죽 위에 얹어서 감싸준다. 칼집을 내준다.
- 07 실리콘페이퍼를 깔고 팬닝해준다. 2차(40분) 발효한다.
- 08 220℃, 200℃으로 오븐 예열 후 스팀 쏘고 23분 굽는다.

03

배 안에
유자를
품다

재 료

빵반죽

- 가루쌀(강력) 500g
- 소금 10g
- 꿀 6g
- 쌀누룩증 80g
- 생이스트 4g
- 갈은배 150g
- 물 250g
- 호두 80g
- 크렌베리 80g

속

- 가루쌀(박력) 300g
- 찹쌀가루 500g
- 유자청 40g
- 설탕 80g
- 소금 10g
- 사과다이스 100g
- 물 되기조절



만드는 방법

- 01 충전물 제외한 모든 재료 넣고 반죽한다. 저속 3분, 고속 7분, 충전물 투입 저속 1분 한다.
- 02 플로어타임 20분 한다.
- 03 250g씩 분할 후 둥글리기 한다.
- 04 중간휴지 15분 한다.
- 05 속을 150g 넣고 모양 잡아서 성형한다.
- 06 면포에 팬닝 후 2차 발효 45~60분 한다.
- 07 오븐 온도 위 230℃, 아래 200℃ 예열 후 스팀 3초 구울 때 온도 내려 210℃, 180℃에 18분 굽는다.

04

새우
꽃이
피었습니다

재 료

반죽

- 가루쌀(강력) 500g
- 설탕 20g
- 소금 10g
- 드라이이스트레드 8g
- 물 340g
- 누룩종 100g
- 부추 20g

속

- 양파 350g
- 당근 70g
- 부추 60g
- 슬라이스햄 5장
- 삶은계란 2개
- 새우살 150g
- 두부 80g
- 마요네즈 100g
- 표고버섯 200g
- 소금 적당량
- 후추 적당량
- 구운빵가루 되기조절



만드는 방법

- 01 모든 재료 넣고 반죽한다(저속 3분, 고속 7분).
- 02 플로어타임 20분 한다.
- 03 80g씩 분할 후 둥글리기 한다.
- 04 중간휴지 15분 한다.
- 05 속을 80g 넣고 동그란 모양 잡아서 성형한다.
- 06 겉에 빵가루 묻힌 후 2차(60분) 발효한다.
- 07 식용유 살짝 바른 뒤 오븐 온도 위 200℃, 아래 180℃에 12분 굽는다.

05

시골
쌀빵
춘쌀빵

재 료

- 가루쌀(강력) 1,000g
- 소금 20g
- 설탕 30g
- 물 620g
- 이스트 15g
- 버터 30g
- 누룽지 100g
- 검은깨 15g



만드는 방법

- 01 전 재료 믹싱 후 마무리 단계에 누룽지 투입한다.
- 02 1차(20분) 발효 후 200g 분할한다.
- 03 가성형 살짝 말아준다.
- 04 손으로 큰 기공만 정돈한다는 느낌으로 두드려 가스 살짝 빼주고 둥글게 말아준다.
- 05 2차(1시간) 발효한다.
- 06 쿠프 10자 비스듬히 내준다.
- 07 위 230℃, 아래 200℃에 15분 전후 굽는다.

06

먹물
리조또

재 료

본반죽

- 가루쌀(강력) 1,000g
- 소금 15g
- 설탕 150g
- 분유 50g
- 생 이스트 40g
- 계란 4ea
- 우유 244g
- 물 350g
- 사워중 100g
- 버터 150g
- 먹물 30g

리조또

- 양파 70g
- 베이컨 60g
- 파프리카 20g
- 올리브유 小
- 버터 小
- 밥 200g
- 우유 130g
- 파마산 가루 小
- 피자 치즈 20g
- 후추 小
- 소금 小



만드는 방법

- 01 본반죽, 스트레이트 반죽(반죽 온도 25도) 한 후, 1차 발효 20분 한다.
- 02 원루프 성형 후 바게트 철판에 패닝 후 칼집을 내고, 2차 발효 40분 한다.
- 03 데크오븐에 200/180, 12분 굽는다.
- 04 리조또는 양파, 베이컨, 파프리카 깍뚝썰기 한 후 소금, 후추 간을 한다.
- 05 올리브유 살짝 두른 뒤 후라이팬 예열한 후, 버터와 함께 준비한 야채 살짝 숨죽이듯 볶다가 어느정도 볶았으면 따뜻한 밥 넣고 같이 볶다가 우유 투입 후 졸여준다.
- 06 파마산 치즈와 피자치즈 넣고 꾸덕해지면 완성한다.

07

버섯
정식

재 료

본반죽

- 가루쌀(강력) 688g
- 소금 38g
- 세미드라이이스트(저당) 23g
- 물(따뜻한 물) 138g
- 몰트 18g
- 르방 383g

쌀 폴리쉬 종

- 가루쌀(강력) 1,032g
- 물 1,258g
- 세미드라이이스트(저당) 13g

충전물

- 미소된장소스 30g
- 다진 표고버섯 500g
- 완두배기 125g
- 병아리콩배기 125g

Tip

미소된장 소스

파인애플 73g, 미소된장 60g,
땅콩버터 60g, 헤이즐넛 60g,
설탕 24g, 실탕 24g, 꿀 11g,
물 24g, 흰깨 11g

모두 넣고 핸드믹서로 곱게
갈아준다.



만드는 방법

- 01 쌀 폴리쉬 종을 먼저 만들어 15~16시간 냉장 발효한다.
- 02 본반죽과 쌀 폴리쉬 종을 반죽기에 넣고 1단으로 돌려준다. 어느정도 섞이면 2단으로 쳐준다. 글루텐이 잡히기 시작하면 3단으로 바꾼다. 글루텐이 잡히면 2단으로 바꾼다.
- 03 1단으로 바꾸고 반죽을 한번 정돈 시킨다. 반죽 상태 확인 후 먼저 80g, 7개로 분할하고 냉동실에 넣는다.
- 04 다진 표고버섯, 완두배기, 병아리콩 배기를 넣고 1단으로 섞어만 준다.
- 05 온도 확인 후(26℃) 브레드 박스에 담아 20분 정도 발효시킨다. 330g, 7개로 분할 후 나무판에 천 갈고 가루를 뿌려 달라붙지 않게 해준다.
- 06 밀대로 밀어 퍼준 뒤 된장소스 30g 발라주고 말아 이음매 봉한다. 20분 발효 후 겉반죽을 꺼내 밀어 퍼준다.
- 07 본반죽에 앞, 뒤로 물뿌려 겉반죽에 올리고 벌어지게 식용유 발라주고 감싼 후 위에 가루쌀(박력) 뿌려준다.
- 08 오븐 240℃, 210℃ 스팀으로 20분 구워준다(색 확인 후, 1~2분 정도 더 하기).

08

새우&
아보카도
샌드위치

재료

페스츰리 반죽

- 가루쌀(강력) 1,000g
- 소금 20g
- 에스키모 10g
- 설탕 80g
- 분유 50g
- 버터 50g
- 세미드라이이스트(고당) 16g
- 생크림 120g
- 물 420g

호두 크림치즈

- 호두 10g
- 크림치즈 90g
- 생크림 26g
- 설탕 4g
- 레몬제스트 반개
- 레몬즙 반개
- 소금 약간
- 카테일새우 45마리
- 편마늘 20g
- 아보카도 2~3개



만드는 방법

페스츰리

- 01 반죽쳐서 냉장 휴지 시킨 후, 버터 들어갈 크기로 반죽 밀기, 반죽에 들어갈 크기로 버터를 밀어준다.
- 02 3절 2회 1시간 휴지, 2절 1회 1시간 휴지 후, 4.5mm로 밀고 16X8로 재단한다. 5구짜리 바게트 틀에 팬닝 후 발효한다.
- 03 부풀지 않게 위에 무게감 있는걸 올려준다.
- 04 컴백션 200도, 스팀 후 180도 10분, 위에 올린거 빼고 170도 5분 굽는다.

완성하기

- 01 페스츰리에 호두 크림치즈를 펴 발라준다.
- 02 양상추를 올리고 크래미를 올린다.
- 03 칠리 소스를 찢주머니에 담아 짜준다.
- 04 새우와 아보카도 엇갈려서 올리고, 어린잎 채소와 치즈 갈아서 토핑 올린다 (채소가 안에 내용물을 가리지 않게 가운데로 약간만 올려준다).

Tip

망고 드레싱 : 망고 퓨레 25g, 레몬즙 반개, 디종 머스타드 3g, 꿀 7g, 소금 1g, 올리브 오일 60g(오일 빼고 다 갈아주고 오일 나눠서 넣으며 갈아주기)

크래미 소스 : 마요네즈 40g, 참깨 드레싱 12g, 레몬 제스트 반개, 참기름 1g

칠리 소스 : 마요네즈 58g, 스위트 칠리 36g, 칠리 파우더 2g, 레몬즙 5g, 설탕 2g, 소금 1g, 후추 약간(칠리 파우더 안 뭉치게 잘 풀어주기)

09

먹구마

재 료

- 가루쌀(강력) 1,000g
- 소금 20g
- 드라이이스트 8g
- 먹물 20g
- 물트액기스 7g
- 물 740g
- 폴리쉬 200g



만드는 방법

- 01 모든 재료를 넣고 100% 믹싱한다.
- 02 15분간 휴지한다. 250g 분할한다.
- 03 반죽을 넓게 밀어편다.
- 04 전처리 한 고구마 250g과 크림치즈 100g을 충전한다.
- 05 럭비공 모양으로 성형한다. 40분간 실온 발효한다.
- 06 중앙에 길게 쿠프 넣는다.
- 07 230℃, 200℃ 스팀을 넣고 18분간 굽는다.

10

까망 감자

재료

반죽

- 가루쌀(강력) 800g
- 가루쌀(박력) 200g
- 설탕 200g
- 소금 15g
- 계량제 10g
- 버터 60g
- 분유 30g
- 물엿 20g
- 생크림 50g
- 생이스트 30g
- 계란 3개
- 르방 100g
- 먹물 20g
- 물 550g

감자 속

- 삶은감자 800g
- 생크림 200g
- 소금 2g
- 설탕 30g
- 롤치즈 200g
- 다진양파 160g
- 마요네즈 160g
- 후추 소량



만드는 방법

- 01 삶은 감자에 재료를 차례로 잘 섞어 감자 속을 준비한다.
- 02 버터를 제외한 모든 재료를 넣고 1단(2분), 2단(2분) 믹싱한다.
- 03 버터를 넣고 100% 믹싱 후, 15분간 휴지를 준다.
- 04 80g 분할해서 타원형으로 밀어편다.
- 05 틀에 넣고 50분간 2차 발효한다.
- 06 감자 반죽 40g 짜준 후, 눈꽃 치즈를 뿌린다.
- 07 브로콜리, 새우, 드라이 토마토를 올려준다.
- 08 170℃ 오븐에서 13분간 굽는다.

2023년

가루쌀 제과·제빵 레시피 모음



제과 부문

- 01 쌀누룽지 크런치 사바랭
- 02 카라멜 쌀 파운드
- 03 엔젤 화이트 라이스 롤
- 04 오미자 베리 라이스 슈
- 05 무화과에 젖는날
- 06 상큼 터진 날
- 07 장단콩 파이만쥬
- 08 카라멜 쌀 파운드
- 09 베리스윗 우피파이
- 10 크런키 보닉밤 케이크

01

쌀누룽지
크런치
사바랭

재 료

- 태운 버터 600g
- 화이트초콜릿 600g
- 황설탕 700g
- 전란 550g
- 가루쌀(박력) 1,000g
- 베이킹파우더 15g
- 바닐라빈 소량
- 누룽지 600g
- 트리몰린 60g
- 생크림 800g
- 우유 300g
- 화이트초콜릿 1,300g
- 버터 150g



만드는 방법

- 01 태운 버터에 화이트초콜릿, 설탕을 혼합한 후, 전란, 가루류, 빈, 순서로 혼합한다.
- 02 냉장 휴지 후 버터를 바른 사바랭틀에 60g 팬닝한다.
- 03 컨벡션오븐 160℃, 20분 구어 쌀사바랭을 만든다.
- 04 데운 생크림 + 우유 + 트리몰린에 잘게 부순 누룽지칩을 넣고 불린다.
- 05 화이트초콜릿을 넣어 녹인 후 버터를 넣고 혼합한다.
- 06 블렌더로 갈아 누룽지가나슈를 냉장보관하여 되기를 맞춰 사용한다.
- 07 쌀사바랭에 누룽지가나슈를 짜주고, 장식용 튀밥을 올려 마무리한다.

02

카라멜 쌀 파운드

재료

파운드

- 버터 1,110g
- 설탕 1,000g
- 전란 95g
- BP 20g
- 가루쌀(박력) 1,000g

카라멜(호두토피нг)

- 설탕 250g
- 생크림 550g
- 호두 250g

견과토피нг

- 물엿 50g
- 꿀 30g
- 설탕 250g
- 생크림 200g
- 호두분태 450g
- 피스타치오 100g
- 통아몬드 100g



만드는 방법

- 01 버터를 비터로 부드럽게 풀고 설탕을 넣고 휘핑한다.
- 02 전란을 나누어 넣고 휘핑한다.
- 03 체 친 가루류를 넣고 혼합하고 호두토피ング을 넣고 완전히 혼합한다.
- 04 파운드틀에 180g 팬닝 후 컨벡션오븐에 165℃, 30~35분 굽는다.
- 05 냄비에 설탕을 넣고 카라멜화 한다.
- 06 5에 데운 생크림을 3회 정도 나누어 넣고 섞어준다.
- 07 6에 호두를 넣고 혼합한다.
- 08 냄비에 물엿, 꿀, 설탕을 넣고 카라멜화 한다.
- 09 8에 뜨겁게 데운 생크림을 3회 나누어 넣고 섞는다.
- 10 9에 견과류를 넣고 섞는다.

03

엔젤
화이트
라이스 롤

재 료

파운드

- 가루쌀(박력) 400g
- 콘스타치 12g
- b.p 10g
- 탈지분유 70g
- 난백 936g
- 설탕 360g
- 레몬즙 10g
- 우유 292g
- 카놀라유 225g
- 말리부 16g
- 밀크향 75g

엔젤 크림

- 마스카포네 500g
- 백설탕 100g
- 생크림 800g
- 말리부 36g
- 볶은 가루쌀(박력) 10g

쌀 가나슈

- 화이트커버춰 170g
- 생크림 170g
- 소금 4g
- 볶은 가루쌀(박력) 16g
- 현미 크런치 40g

Tip

머랭시트(580g씩 분할)
데크 오븐 기준 165℃,
145℃ 그릴 깔고 15~16분
엔젤 크림(350g씩 분할)
쌀가나슈(100g씩 분할)



만드는 방법

- 01 난백, 설탕을 이용하여 머랭을 올린다.
- 02 나머지 재료를 볼에 담고 휘퍼로 충분히 섞어준다.
- 03 머랭이 죽지 않도록 ①과 ②를 잘 섞은 후 팬닝한다.
- 04 데크오븐 기준 165℃, 145℃ 그릴 깔고 15~16분 소성하여 엔젤 머랭 시트를 완성한다.
- 05 엔젤 크림_마스카포네 먼저 잘 풀어준다. 설탕과 가루쌀(박력), 말리부 넣고 잘 풀어준 후 생크림을 투입하여 100% 올린다.
- 06 쌀 가나슈_화이트 커버춰와 생크림으로 가나슈를 만든다. 나머지 재료 넣고 잘 섞는다.
- 07 머랭시트에 가나슈를 100g 바르고, 엔젤 크림을 350g 펴바른다.
- 08 돌돌 잘 말은 후 냉장/냉동 보관 후 15cm로 제단한다.

04

오미자 베리 라이스 슈

재료

비스켓 반죽

- 무염버터 100g
- 설탕 70g
- 달기 농축 분말 20g
- 가루쌀(박력) 100g
- 빨간 색소 소량

슈 반죽

- 무염버터 100g
- 우유 100g
- 물 100g
- 소금 2g
- 계란 250g
- 가루쌀(박력) 126g

라이스바닐라 크렘레제

- 생크림 680g
- 바닐라빈 1ea
- 통카 1ea
- 노른자 164g
- 마스카포네 54g
- 백설탕 40g
- 소금 2g
- 젤라틴매스 6g
- 볶은 가루쌀(박력) 10g

오미자베리쿵피

- 건크렌 베리 100g
- 냉동산딸기 100g
- 라즈베리퓨레 100g
- 오미자퓨레 20g
- 오미자청 50g
- 설탕 250g
- 레몬즙 50g
- 젤라틴매스 4g

라이스 상티

- 에버칩 200g
- 생크림 100g
- 볶은 가루쌀(박력) 10g



만드는 방법

비스켓 반죽

- 모든 재료 스크래퍼로 잘게 다지듯 섞은 후 손으로 치댄다.
- 철판에 opp 비닐을 깔고 밀대로 민 후 냉장에 휴지시킨 후 커팅한다.

슈 반죽

- 버터, 우유, 물, 소금을 함께 끓인다. 가루쌀(박력)을 섞은 후 호화시킨다 (버터가 살짝 새어나 올 정도로).
- ①에 계란을 조금씩 넣어 휘핑한다. 원형각지로 20g 15개, 8g 18개 팬닝한다.
- 190℃, 170℃에 템퍼 달고 20분, 165℃, 170℃에 템퍼 열고 10분 굽는다.

크렘레제

- 생크림, 바닐라 빈, 통카를 끓인다. 전날 미리 계량해 놓은 후 다음날 쓰면 향이 배어들어 더 좋다.
- ①을 냄비에 올려 끓인 후, 노른자, 마스카포네, 설탕, 소금, 볶은 박력을 섞은 믹싱볼에 넣고 슈크림을 만든다.
- 젤라틴매스를 넣은 후 잘 녹여주고 냉장 휴지 후 사용한다. 식은 비스켓슈 바닥에 구멍을 뚫고 쿵피를 먼저 넣는다. 크렘레제를 넣는다.
- 대형 로미아즈 각지에 데코레이션용 라이스상티를 넣고 20g슈 위에 파이 핑한 후 8g슈를 얹고 각종 베리류로 최종 데코한다.

05

무화과에
젖는날

재 료

- 버터 560g
- 설탕 460g
- 물엿 80g
- 달걀 7개
- 가루쌀(박력) 670g
- 코코아분말 50g
- 베이킹파우더 15g
- 계피가루 10g
- 우유 100g
- 무화과 다이스 400g



만드는 방법

- 01 버터를 부드럽게 크림화 시킨다.
- 02 설탕과 물엿을 넣고 믹싱한다.
- 03 달걀 조금씩 투입하여 크림화 시킨다.
- 04 가루재료 체쳐서 넣고 우유랑 함께 섞어준다.
- 05 무화과 다이스 섞어서 팬닝한다.
- 06 윗불 180℃, 아랫불 170℃에서 30분 굽는다.

06

상콤
터진 날

재료

- 버터 400g
- 달걀 7개
- 설탕 340g
- 물엿 50g
- 레몬제스트 5개분
- 베이킹파우더 5g
- 가루쌀(박력) 420g

머랭

- 흰자 100g
- 설탕 150g
- 슈가파우더 70g
- 레몬즙 적당량



만드는 방법

- 01 버터를 부드럽게 크림화 시킨다.
- 02 설탕과 물엿을 넣고 믹싱한다.
- 03 달걀 조금씩 투입하여 크림화 시킨다.
- 04 가루재료 체쳐서 넣고 레몬제스트 섞어준다.
- 05 윗불 180℃, 아랫불 170℃에서 20분 굽는다.

07

장단콩
파이만쥬

재 료

본반죽

- 가루쌀(강력) 350g
- 가루쌀(박력) 50g
- 장단콩가루 50g
- 버터 50g
- 소금 5g
- 물 300g
- 계란 30g

파이버터

- 파이속버터 450(200)g

충전물

- 통팥앙금 576g
- 백앙금 576g
- 장단콩가루 64g
- 견과믹스 150g

토피ング

- 버터 200g
- 설탕 200g
- 장단콩가루 50g
- 가루쌀(박력) 150g
- 계란 200g
- 아몬드슬라이스 60g

Tip

- 믹싱은 60%만 한다.
- 3절 3회시 휴지를 30분 이상 준다.
- 토피ング 제조시 분리가 되지 않게 주의한다.



만드는 방법

- 01 본반죽에 들어가는 재료를 한번에 넣어 믹싱한다.
- 02 파이버터는 직사각형으로 만들어준다.
- 03 충전물은 미리 장단콩가루가 보이지 않게 잘 섞어준다.
- 04 토피ング은 버터와 설탕을 잘 풀어준 후에 계란을 넣어 믹싱해준 후에 가루 재료를 넣고 마무리한다.
- 05 분할된 파이반죽을 펴서 충전물을 넣어준다.
- 06 충전물이 들어간 파이만쥬에 열십자로 가위자국을 낸 후 장단콩 크림을 짜준다.
- 07 크림을 짰 만쥬에 아몬드 슬라이스를 묻혀준다.
- 08 180℃에 예열된 오븐에 15분에서 20분 굽는다.

08

카라멜 쌀 파운드

재료

본반죽

- 버터 500g ● 설탕 500g
- 계란 500g
- 가루쌀(박력) 400g
- 장단콩가루 100g
- B.P 6g ● 소금 4g
- 팔베기 150g
- 완두베기 150g

카라멜너츠

- 생크림 250g
- 설탕 250g
- 마카다미아 100g
- 아몬드 100g
- 호두 100g ● 피칸 100g
- 호박씨 50g
- 해바라기씨 50g
- 우유버터 50g

Tip

- 버터를 포마드 상태로 만들어준다.
- 분리가 나지 않도록 노른자 먼저 넣어 믹싱한다.
- 계란은 시간을 충분히 주어 나누어 믹싱 한다.
- 생크림을 뜨겁게 만들어 카라멜을 만든다.
- 견과류 또한 온기가 남아있을 때 카라멜에 섞어준다.



만드는 방법

- 01 포마드 된 버터를 잘 풀어준다. 잘 풀린 버터에 설탕을 넣어 믹싱한다.
- 02 계란을 노른자부터 넣어 믹싱한다. 계란을 조금씩 나누어 충분한 시간을 가지고 올려준다. 가루재료를 넣어 뭉치지 않게 잘 섞어준다. 충전물을 잘 섞어준다.
- 03 170℃, 150℃에 40~50분 구워준다.
- 04 다 구운 파운드케이크에 바카디 럼을 발라준다.
- 05 설탕을 카라멜 색이 될 때까지 태워준다.
- 06 끓은 생크림을 조금씩 부어 카라멜을 만들어 준다.
- 07 완성된 카라멜에 볶은 견과류들을 온기가 남아있을 때 넣어 잘 섞어준다.
- 08 완성된 카라멜 견과류를 파운드 위에 올려 데코레이션 해준다.

09

베리
스윗
우피파이

재료

본반죽

- 우유 100g
- 설탕 180g
- 소금 2g
- 사워크림 120g
- 황란 1ea
- 전란 1ea
- 식용유 100g
- 바닐라에센스 3g
- 가루쌀(박력) 180g
- 코코아 50g
- bp 2g
- bs 2g

카라멜

- 우유 22g
- 생크림 62.5g
- 소금 1g
- 버터 22.5g
- 설탕 117g
- 젤라틴 1g

초코코팅

- 코팅다크 200g
- 블론드커버춰 100g

딸기마시멜로우

- 설탕 75g
- 전화당 56g
- 딸기퓨레 50g
- 딸기레진 10g



만드는 방법

- 01 계란에 설탕, 소금을 넣고 섞는다.
- 02 사워크림, 우유, 식용유를 넣고 섞는다.
- 03 가루류를 체쳐넣고, 바닐라에센스로 마무리한다.
- 04 3cm 지름으로 팬닝하여 160℃ 컨벡션에 12분 굽는다.

10

크런키 보닉밤 케이크

재료

본반죽

- 버터 200g
- 꿀 20g
- 소금 2g
- 설탕 180g
- 바닐라빈 1/2
- 계란 200g
- 가루쌀(박력) 250g
- 밤다이스 167g
- 럼 40g
- 밤페이스트 50g

밤가나슈

- 다크초콜릿 60g
- 밀크초콜릿 60g
- 생크림 120g
- 꿀 28g
- 버터 20g
- 밤페이스트 60g
- 럼 6g

초콜릿코팅

- 초코크런치 100g
- 코팅다크 275g
- 밀크커버춰 265g



만드는 방법

- 01 반죽 전 밤다이스를 럼에 재워둔다.
- 02 버터를 잘 풀고 설탕, 소금, 꿀 투입 후 믹싱한다.
- 03 계란을 조금씩 넣어가면서 잘 풀어준다.
- 04 가루를 넣고 섞은 후 럼에 재워둔 밤다이스와 페이스트를 넣는다.
- 05 80g 팬닝 후 보닉밤을 넣고 120g 팬닝하여 170°C 컨벡션에 35분 굽는다.

2023년

가루쌀 제과 · 제빵 레시피 모음



제빵 부문

* 강력가루쌀(글루텐 16% 포함)

- 01 한끼 든든!
- 02 가을 농부
- 03 홍국 찰보리빵
- 04 짬뽕빵
- 05 현미백설기
- 06 새싹 레몬새우
- 07 쌀오돌빵
- 08 쌀 크림치즈 애플
- 09 솔향옥수수치아바타
- 10 치아바타 오픈 샌드위치

01

한끼
든든!

재 료

먹물반죽

- 가루쌀(강력) 1,000g
- 오징어먹물 20g
- 설탕 80g ● 소금 18g
- 분유 40g ● 생이스트 40g
- 계량제 10g ● 버터 120g
- 감자분말 100g
- 계란 50g ● 물 750g

감자소스

- 삶은감자 900g
- 버터 50g ● 생크림 100g
- 연유 40g ● 소금 8g
- 후추 1g

떡갈비

- 돼지고기 1,350g
- 다진양파 120g
- 대파 60g ● 간마늘 42g
- 간장 54g ● 참기름 12g
- 설탕 48g ● 후추 2g
- 빵가루 72g

Tip

모든 재료 넣고 하루동안
숙성시킨 후 사용한다.



만드는 방법

- 01 버터를 제외한 모든 재료 혼합 후 믹싱한 뒤 버터를 넣고 완료한다.
- 02 반죽 완료 후 실온에서 30분 정도 휴지시킨 뒤 140g 분할한다.
- 03 성형 후 에멘탈 치즈 묻혀서 구워준다(상 180℃, 하 190℃ 20~25분).
- 04 감자소스는 삶은감자에 모든 재료 넣고 섞어준다.
- 05 구운 후 식혀서 시판용 베사멜소스를 발라준 후 감자소스를 짜준다.
- 06 피자치즈 뿌리고 떡갈비와 각종 채소들을 올려준 후 오븐에 살짝 굽는다.

02 가을 농부

재료

본반죽

- 가루쌀(강력) 1,000g
- 설탕 150g ● 소금 16g
- 버터 200g ● 생이스트 40g
- 쌀묵은종 200g
- 계란 100g ● 계량제 10g
- 분유 30g ● 물 500g

토피ング

- 흰자 150g ● 설탕 400g
- 아몬드분말 165g

충전물 ①

- 파인소프트 675g
- 파인소프트202 90g
- 가루쌀(강력) 75g
- 버터 120g
- 크림치즈 100g
- 소금 12g ● 설탕 100g
- 생이스트 30g
- 흑임자분말 30g
- 계란 100g ● 물 300g

충전물 ②

- 고구마 단호박 개당 50g씩



만드는 방법

- 01 쌀반죽은 모든 재료 투입 후 글루텐 최종 단계까지 믹싱한다.
- 02 실온 휴지 30분 후 300g씩 분할한다.
- 03 충전물 ①은 모든 재료 넣고 매끈해질때까지 믹싱한 후 200g씩 분할한다.
- 04 반죽을 길게 밀어편 후 충전물 ①도 같이 길게 밀어편 후 충전물 ②를 골고루 넣어 돌돌 말아준 후 반질라서 틀에 다 넣고 2차 발효시킨다.
- 05 발효시킨 후 토피ング을 짜준 후 데코스노우를 뿌려준다.

03

홍국
찰보리빵

재 료

- 가루쌀(강력) 2,000g
- 홍국분말 100g
- 엔지마띠꼬 20g
- 안데스소금 36g
- 냉동이스트 40g
- 묵은반죽 340g
- 물 1,600g
- 찰보리 밥 500g
- 크랜베리 300g



만드는 방법

- 01 찰보리밥과 크랜베리를 제외한 전 재료를 넣고 믹싱한다.
- 02 1단 2분, 2단 5분, 3단 1분
- 03 마지막에 찰보리밥과 크랜베리를 넣고 섞는다.
- 04 반죽 온도는 26도이다.
- 05 분할 : 210g, 벤치타임 20분 후 성형한다.
- 06 손으로 두드려서 단호박 속을 40g을 발라준 뒤 말아준다.
- 07 윗면과 아래면 모두 가루를 묻혀서 건 발효해준다.
- 08 2차 발효 온도 30도 습도 75%에서 40분간 발효한다.
- 09 데크오븐 윗불 220도, 밑불 200도에서 22분간 굽는다.

Tip

- 반죽에 넘치지않게 단호박 크림을 골고루 발라 준다.
- 크랜베리가 으개지지 않도록 마지막에 주의한다.

04

썸빵

재료

- 가루쌀(강력) 2,000g
- 홍국분말 100g
- 엔지마띠꼬 20g
- 안데스소금 36g
- 냉동이스트 40g
- 묵은반죽 340g
- 물 1,600g
- 찰보리 밥 500g
- 크랜베리 300g



만드는 방법

- 01 버터를 제외한 나머지 재료를 다 넣고 1단 2분, 2단 4분, 3단 6분, 2단 1분 믹싱한다.
- 02 발전단계에서 버터를 넣고 최종 단계까지 믹싱해준다.
- 03 반죽 온도는 26도이다.
- 04 1차 발효 27도 습도 75%에서 50분간 발효 후 분할(45g)한다.
- 05 10분간 휴지 후 원형으로 밀어펴서 내용물을 올리고 팬에 팬닝한다.
- 06 2차 발효 온도 34도 습도 85도에서 30분간 발효한다.
- 07 토핑물을 섞어서 올려주고 굽는다.
- 08 컨백션오븐 165도 13분간 구워준다.

Tip

- 반죽의 물 온도는 3도로 사용하였다.
- 분할 후 살짝 눌러주어 속을 감싸기 편하게 밀어준다.

05

현미백설기 (홍국현미 쌀빵)

재료

현미쌀빵

- 현미가루 125g
- 가루쌀(강력) 906g
- 소금 22g
- 드라이이스트 20g
- 물 862g
- 치즈피 배기 250g
- 롤치즈 312g
- 완두배기 94g
- 팔배기 94g
- 홍국쌀가루 5g

쌀풀리쉬

- 가루쌀(강력) 218g
- 드라이이스트 1g
- 물 218g

옥수수소보로

- 옥수수분말 240g
- 콤파운드버터 200g
- 설탕 200g



만드는 방법

- 01 충전물을 제외한 나머지 재료를 넣고 1단에서 3분, 2단에서 10분, 1단에서 2분, 피반죽을 제외한 나머지 반죽에 충전물을 넣고 손으로 섞어준다. 피반죽에 홍국쌀가루를 섞어준다(반죽 온도 24도 1차 발효 20분).
- 02 충전물이 들어간 반죽 250g과 넣지 않은 반죽 40g으로 분할한 뒤 둥글리기 해놓는다.
- 03 윗면에 분무기를 뿌린 후 옥수수소보로 가루를 묻혀준다.
- 04 피반죽을 타원형으로 얇게 펴준다.
- 05 펴놓은 반죽을 바닥에 깔고 본반죽을 얹어서 감싸준다(2차 발효 30분).
- 06 실리콘페이퍼를 깔고 팬닝해준다.
- 07 210/200으로 오븐 예열 후 스팀 후 20분 구워준다.

06

새싹 레몬새우

재료

- 가루쌀(강력) 500g
- 설탕 75g
- 소금 4g
- 이스트 18g
- 계란 105g
- 황란 15g
- 우유물 240g
- 버터 45g
- 탕종 100g

탕종

- 가루쌀(강력) 400g
- 설탕 40g
- 소금 40g
- 물 800g
- 크림치즈 1,000g
- 레몬즙 20g
- 설탕, 분당 각 75g

Tip

토피ング 야채

양파 150g, 크랜베리 30g,
파프리카 75g, 피자치즈 60g,
마요네즈 100g, 올리브 25g



만드는 방법

- 01 버터와 탕종을 제외한 재료를 넣고 1단에서 3분, 2단에서 10분, 클린업 상태에서 버터와 탕종을 넣고 최종 단계까지 믹싱을 한다(반죽 온도 26도, 1차 발효 20분).
- 02 60g씩 분할한다.
- 03 밀어 펴서 슬라이스햄과 슬라이스치즈를 올린다.
- 04 돌돌 말아 절반 커팅 후 틀에 넣어서 발효시킨다.
- 05 버무려둔 야채를 얹어주고 칠리소스를 뿌려준다.
- 06 컨백션 150도에 23분 구워준다.
- 07 새싹과 새우로 장식을 마무리해준다.

07

쌀
오돌빵

재료

- 가루쌀(강력) 784g
- 설탕 158g
- 소금 13g
- 골드드라이스트 18g
- 전란 228g
- 우유 254g
- 생크림 116g
- 버터 130g

오돌빼볶음면

- 오돌빼(기성) 300g
- 야끼소바면 3개
- 불닭볶음소스 10g
- 팬이버섯 1개

충전물

- 상추 12장
- 파슬리 소량
- 단무지 소량



만드는 방법

- 01 믹싱볼에 모든 재료를 넣고 1단으로 4분, 2단으로 8분 믹싱한다.
- 02 온도 28℃, 습도 72%에서 20분 정도 1차 발효한다.
- 03 80g으로 분할하고 가볍게 둥글리기하여 15분~20분 벤치타임을 준다.
- 04 반죽을 가볍게 누른 후 3번 말아 접어준 후 틀에 팬닝 한다.
- 05 2차 발효(발효실) : 60분
- 06 오븐 : 200도, 160도, 15~18분 굽는다.
- 07 구워진 빵의 중앙에 칼집을 넣고 상추를 먼저 깔고 볶은 오돌빼&면을 중앙에 넣어준다. 파슬리랑 단무지를 뿌려 마무리한다.

Tip

가루쌀(강력)
소바면 1개 분량(4개)

오돌빼볶음면

팬에 오돌빼(기성)을 넣고
볶은 후 소바면, 불닭 소스를
넣고 골고루 볶아준 후 팬이
버섯을 넣고 볶아서 마무리
한다.

08

쌀 크림치즈 애플

재료

- 가루쌀(강력) 784g
- 설탕 158g
- 소금 13g
- 골드드라이이스트 18g
- 전란 228g
- 우유 254g
- 생크림 116g
- 버터 130g

색깔

- 홍국분말 30g
- 버터 10g

아파레유

- 크림치즈 250g
- 설탕 75g
- 전란 100g
- 생크림 250g
- 레몬즙 6g

Tip

- 아파레유 부을 때 잘 주머니를 사용하는게 편하다.
- 가루쌀(강력)
- 단면에는 초콜릿 4알, 사과 슬라이스 2개, 캐스틱



만드는 방법

- 01 믹싱볼에 모든 재료를 넣고 1단으로 4분, 2단으로 8분 믹싱한다.
- 02 온도 28℃, 습도 72%에서 20분 정도 1차 발효한다.
- 03 40g으로 분할하고 가볍게 둥글리기하여 냉동에서 10~15분 벤치타임을 준다.
- 04 반죽을 가볍게 누른 후 밀대로 동그랗게 밀어 깊이가 있는 미니 반구팬에 올리고 손으로 공기가 감히지 않도록 눌러서 팬닝한다.
- 05 밀어 피운 반죽 안에 사과다이스 10g 넣어준다.
- 06 반죽 안에 아파레유를 70% 부어 팬닝한다.
- 07 슬라이스 한 사과를 2개를 팬닝한다.
- 08 오븐 : 200도, 160도 14~16분 굽는다.
- 09 아파레유_로보쿠퍼에 모든 재료를 넣고 갈아 주고, 레몬즙은 마지막에 투입한다.

09

솔향
옥수수
치아바타

재 료

본반죽

- 가루쌀(강력) 1,013g
- 소금 21g
- 레드 이스트 9g
- S-500 키모 3g
- 쌀르방 600g
- 물 1,058g
- 올리브유 60g
- 옥수수캔 375g

쌀르방

- 가루쌀(강력) 450g
- 물 350g
- 레비또 마드레 30g
- 활성 글루텐 10g



만드는 방법

- 01 가루쌀(박력), 소금, 레드 이스트, S-500키모, 쌀르방, 물을 넣고 1단 1분, 2단 15분 정도 믹싱한다.
- 02 올리브유 투입 후 완전히 섞일때까지 1단 믹싱한다.
- 03 옥수수 투입 후 골고루 섞이게 믹싱한다.
- 04 8개 분량으로 등분하여 2배 정도로 발효한다.
- 05 윗불 230도, 아랫불 210도에 20분간 굽는다.

10

치아바타 오픈 샌드위치

재료

본반죽

- 가루쌀(강력) 1,013g
- 소금 21g
- 레드 이스트 9g
- s-500 키모 3g
- 쌀르방 600g
- 물 1,058g
- 올리브유 60g
- 옥수수캔 375g

샌드위치

- 바타비아 각 1잎
- 비어햄 각 4장
- 잠봉햄 각 2장
- 블랙 올리브 슬라이스
각 6~7개
- 감자순두부 적당량
- 방울토마토 2~3알
- 마늘버터새우 3개



만드는 방법

- 01 치아바타에 돼지갈비 스프레드를 골고루 발라준다.
- 02 바타비아를 얹는다.
- 03 비어햄 4장을 반으로 접어 얹는다.
- 04 잠봉햄을 잘게 찢어 골고루 얹는다.
- 05 블랙 올리브 슬라이스를 골고루 올려준다.
- 06 감자순두부를 골고루 뿌려준다.
- 07 방울 토마토를 슬라이스해서 골고루 얹는다.
- 08 마늘버터 새우를 얹는다.
- 09 각종 허브로 예쁘게 장식 후 마무리한다.

2022년

가루쌀 제과·제빵 레시피 모음



제과·제빵 부문 통합

* 가루쌀(100%), 국산 밀가루

- 01 감자와 브로콜리의 만남
- 02 둥근 팔이 났습니다
- 03 브띠크림빵
- 04 라이스 위에서 트위스트 춤추는 새우
- 05 돔 안에 말차
- 06 쌀 듬뿍 까눌레
- 07 더블 초코 식빵
- 08 홍국 페스츄리 식빵



01

감자와 브로콜리의 만남

재료

본반죽

- 멥쌀 가루 150g
- 설탕 45g
- 버터 30g
- 분유 7g
- 소금 6g
- 강력분 50g
- 드라이이스트(골드) 8g
- *르방 53g
- 우유 125g
- 우리밀 50g
- 달걀 60g
- 홍국 가루쌀(박력) 25g

충전물

- 베이컨 80g
- 피클 15g
- 스위트콘 20g
- 마요네즈 120g
- 감자 500g
- 브로콜리 30g

Tip

피클은 다지고 감자는 삶고 브로콜리는 데쳐서 준비한다. 볼에 모든 재료를 넣고 섞는다.



만드는 방법

- 01 믹싱볼에 모든 재료를 넣고 믹싱한다.
- 02 ①을 발효실에서 1차 발효한 후 80g씩 분할한다.
- 03 ②를 중간 발효한 후 성형한 다음 팬닝한다.
- 04 ③을 발효실에서 40분 정도 2차 발효한 후 160℃ 컨벡션 오븐에서 15분 정도 굽는다.

완성하기

- 01 라이스페이퍼 위에 '본반죽'을 얹고 '충전물'을 올린 후 170℃ 컨벡션 오븐에서 8분 정도 굽는다.
- 02 식은 ①위에 장식용 초콜릿과 루모고사리 잎을 올려 마무리한다.

02

둥근 팔이 땀습니다

재료

- 멥쌀 가루 150g
- 우리밀 50g
- *르방 75g
- 물 70g
- 달걀 55g
- 우유 50g
- 설탕 43g
- 버터 30g
- 글루텐 가루 10g
- 분유 6g
- 드라이이스트(골드) 6g
- 소금 4g
- 개량제 3g
- 강력분 50g
- 팔 앙금 55g

르방

우리밀 100g, 강력분 80g,
소금 3g, 물 115g,
드라이이스트(골드) 2g
불에 모든 재료를 넣고 반죽
한다.



만드는 방법

- 01 믹싱볼에 팔 앙금을 제외한 모든 재료를 넣고 믹싱한다.
- 02 ①을 1차 발효한 후 50g씩 분할한다.
- 03 ②에 팔 앙금을 40g씩 감싼 후 밀어 편 다음 칼집을 내어 성형한다.
- 04 ③을 철판에 팬닝 후 발효실에서 40분 정도 2차 발효한다.
- 05 ④를 윗불 200℃, 밑불 150℃에서 12분 정도 굽는다.
- 06 식은 ⑤위에 생크림(분량 외)을 짤 후 장식용 초콜릿(분량 외)과 루모고사리 잎(분량 외)을 올려 마무리한다.



03

쁘띠
크림빵

재료

커스터드 크림

- 우유 130g
- 설탕 50g
- 노른자 30g
- 버터 8g
- 우리밀 8g
- 전분 8g
- 럼 8g
- 바닐라 빈 5g

크림빵

- 가루쌀 300g
- 우리밀 100g
- *르방 150g
- 물 140g
- 달걀 200g
- 강력분 100g
- 설탕 75g
- 버터 60g
- 글루텐 가루 20g
- 분유 12g
- 드라이이스트(골드) 12g
- 현미 가루 30g
- 소금 8g
- 개량제 5g
- 단호박 분말 30g

튀일 20g

- 건조 과일 · 루모고사리 잎 · 생크림 · 견과류 적당량

Tip

튀일은 일반적인 배합으로 만들었다.



만드는 방법

- 01 믹싱볼에 모든 재료를 넣고 믹싱한다.
- 02 ①을 10분 정도 벤치 타임을 가진 후 70g씩 분할한다.
- 03 ②를 성형한 후 철판에 팬닝한 다음 발효실에서 40분 정도 발효한다.
- 04 ③을 윗불 200℃, 밑불 150℃에서 7분 정도 굽는다.

완성하기

- 01 '크림빵'에 '충전물'을 채운 후 튀일, 건조 과일, 루모고사리 잎, 생크림, 견과류를 올려 마무리한다.

04

라이스 위에서 트위스트 춤추는 새우

재료

충전물

- 감자 500g
- 스위트콘 300g
- 피클 80g
- 슬라이스 햄 25g
- 마요네즈 150g
- 새우 120g

페이스트리

- 가루쌀 300g
- 강력분 밀가루 100g
- 우리밀 115g ● *르방 150g
- 설탕 75g ● 버터 60g
- 글루텐 가루 20g
- 드라이이스트(골드) 16g
- 소금 8g ● 개량제 7g
- 물 150g ● 달걀 110g
- 우유 50g
- 버터 시트 200g

Tip

감자는 삶아서 준비한다.
새우는 전처리해서 준비한다.
볼에 모든 재료를 넣고 섞는다.



만드는 방법

- 01 믹싱볼에 버터 시트를 제외한 모든 재료를 넣고 믹싱한다.
- 02 ①을 냉장 휴지를 한 후 버터 시트를 넣고 3절 1회 밀어 편다.
- 03 ②를 80g씩 분할 후 두께 0.15cm로 밀어 편 다음 '충전물'을 넣고 라이스 페이퍼를 올려 성형한다.
- 04 ③을 철판에 팬닝 후 발효실에서 20분 정도 발효한다.
- 05 ④를 175℃ 컨벡션 오븐에서 15분 정도 굽는다.
- 06 ⑤위에 장식용 초콜릿(분량 외)과 브로콜리(분량 외), 루모고사리 잎을 올려 마무리한다.



05

돔 안에 말차

재 료

- 달걀 180g
- 버터 500g
- 물엿 100g
- 설탕 450g
- 가루쌀 350g
- 우리밀 150g
- 분유 100g
- 말차 가루 58g
- 베이킹파우더 8g



만드는 방법

- 01 볼에 달걀을 넣고 휘핑한 다음 태운 버터와 물엿, 설탕을 넣고 섞는다.
- 02 ①에 체 친 맵쌀 가루, 우리밀 가루, 분유, 말차 가루, 베이킹파우더를 넣고 섞는다.
- 03 ②를 짜주머니에 담아 틀에 팬닝한다.
- 04 ③을 190℃ 컨벡션 오븐에서 15분 정도 굽는다.
- 05 식은 ④위에 말차 생크림(분량 외)을 짤 후 장식용 초콜릿(분량 외)과 데코 스노우(분량 외)를 뿌려 마무리한다.

06

쌀
등복
까눌레

재 료

- 우유 250g
- 바닐라 엑스트랙트 10g
- 설탕 410g
- 버터 230g
- 가루쌀 100g
- 우리밀 25g
- 럼 63g
- 건유자 · 데코스노우 적당량



만드는 방법

- 01 불에 데운 우유, 바닐라 엑스트랙트, 설탕, 버터를 넣고 섞는다.
- 02 ①에 가루쌀과 우리밀을 넣고 섞는다.
- 03 ②를 체에 거른 후 럼을 넣고 섞는다.
- 04 ③을 까눌레 틀에 80% 팬닝한 후 180℃ 컨벡션 오븐에서 45분 정도 굽는다.
- 05 식은 ④위에 건유자와 데코스노우를 올려 마무리한다.



07

더블
초코
식빵

재 료

- 가루쌀 300g
- 우리밀 100g
- 강력분 50g
- 현미 가루 50g
- 글루텐 가루 20g
- 개량제 8g
- 설탕 60g
- 소금 8g
- *르방 300g
- 우유 310g
- 달걀 90g
- 버터 50g
- 드라이이스트(골드) 10g
- 코코아 파우더 30g



만드는 방법

- 01 볼에 코코아 파우더를 제외한 모든 재료를 넣은 후 최종 단계 전까지 믹싱한다.
- 02 ①을 1/2로 분할 후 한 덩이에는 코코아 파우더를 넣고 섞어서 두 가지 색상을 만든다.
- 03 ②를 발효실에서 1차 발효한 후 150g씩 분할한 다음 2차 중간 발효한다.
- 04 ③을 성형하고 팬에 팬닝한 후 발효실에서 50분 정도 2차 발효한다.
- 05 ④를 160℃ 컨벡션 오븐에서 45분 정도 구워 마무리한다.

08

홍국 페스츄리 식빵

재료

- 가루쌀 600g
- 강력분 20g
- 우리밀 200g
- *르방 300g
- 설탕 150g
- 버터 120g
- 글루텐 가루 40g
- 드라이이스트(골드) 32g
- 홍국 가루쌀 30g
- 소금 16g
- 개량제 15g
- 물 300g
- 달걀 220g
- 우유 200g
- 버터 시트 500g



만드는 방법

- 01 믹싱볼에 버터 시트를 제외한 모든 재료를 넣고 믹싱한다.
- 02 ①을 300g씩 분할 후 냉장 휴지를 한다.
- 03 ②에 속 버터를 넣고 3절 3회로 밀어 편다.
- 04 ③을 두께 0.55cm로 밀어 편 후 성형한 다음 팬닝한다.
- 05 ④를 발효실에서 1시간 정도 발효한 후 175℃ 컨벡션 오븐에서 40분 정도 굽는다.
- 06 식은 ⑤위에 딸기 가루(분량 외), 데코스노우(분량 외), 다크 초콜릿을 올려 마무리한다.

2021년

가루쌀 제과·제빵 레시피 모음



제과·제빵 부문 통합

* 가루쌀(100%), 국산 밀가루

- 01 자색 고구마 식빵
- 02 호박 페이스트리 식빵
- 03 트라이앵글
- 04 트러플 펌킨스타
- 05 프로마쥬 무슬린
- 06 우리밀 밤애브레드
- 07 우리밀 현미초코
- 08 우리밀 펌프킨



01

자색 고구마 식빵

재료

- 자색 고구마 가루 25g
- 가루쌀 300g
- 강력분 400g
- 드라이이스트 16g
- 물 360g
- 소금 12g ● 설탕 75g
- 버터 60g
- 가루쌀 600g
- 강력분 200g
- 우리밀가루 200g
- 르방 300g ● 설탕 150g
- 버터 120g ● 글루텐 40g
- 드라이이스트 32g
- 호박 가루 30g
- 소금 16g ● 개량제 15g
- 물 300g ● 달걀 220g
- 우유 200g
- 버터 시트 500g

Tip

믹싱볼에 버터를 제외한 모든 재료를 넣고 믹싱 한 후 클린업 단계에서 버터를 넣고 발전 단계까지 믹싱한 다음 냉장 휴지한다.



만드는 방법

- 01 믹싱볼에 버터 시트를 제외한 모든 재료를 넣고 최종 단계까지 믹싱하고 1~2시간 정도 냉장 휴지한다.
- 02 ①을 밀어 펴고 버터 시트를 올린 후 3절 1회 밀어 편다.
- 03 ②위에 밀어 편 '자색 고구마 반죽'을 올리고 두께 0.5cm로 밀어 편 후 분할하고 팬닝해 28℃, 습도 70~75%에서 40분 정도 발효한다.
- 04 ③을 175℃ 컨벡션 오븐에서 25분 구워 식힌 후 마무리한다.

02

호박
페이스트리
식빵

재료

- 가루쌀 300g
- 우리밀가루 100g
- 물 150g
- 르방 150g
- 달걀 110g
- 우유 100g
- 설탕 75g
- 버터 60g
- 글루텐 20g
- 드라이이스트 16g
- 호박 분말 25g
- 분유 12g
- 소금 8g
- 개량제 5g
- 강력분 100g
- 버터 시트 250g

르방

우리밀가루 50g,
강력분 40g, 소금 2g,
드라이이스트 1g, 물 60g

믹싱볼에 모든 재료를 넣고
믹싱한 후 냉장고에 넣어
하루 정도 발효한다.



만드는 방법

- 01 믹싱볼에 버터 시트를 제외한 모든 재료를 넣고 믹싱한 후 1시간 정도 냉장 휴지한다.
- 02 ①에 버터 시트를 넣고 3절 접기를 3회 반복한다(중간에 냉장 휴지한다).
- 03 ②를 두께 0.5cm로 밀어 편 후 가로 9cm×세로 9cm로 재단한 다음 6개를 겹친 뒤 28℃, 습도 70~75%에서 50~60분 정도 발효한다.
- 04 ③을 165℃ 컨벡션 오븐에서 25분 정도 굽는다.
- 05 ④위에 견과류(분량 외)와 허브(분량 외), 슈가파우더(분량 외)로 장식해 마무리한다.



03

트라이앵글

재 료

- 가루쌀 600g
- 강력분 200g
- 우리밀가루 200g
- 르방 300g
- 설탕 150g
- 버터 120g
- 글루텐 40g
- 드라이이스트 32g
- 호박 가루 30g
- 소금 16g
- 개량제 15g
- 물 300g
- 달걀 220g
- 우유 200g
- 버터 시트 500g

충전용 채소

- 단호박 100g
- 양파 50g
- 브로콜리 20g
- 올리브 오일 10g
- 당근 20g
- 닭가슴살 50g
- 설탕 20g
- 소금 5g

자색 고구마 반죽

- 강력분 400g
- 물 360g
- 드라이이스트 16g
- 자색 고구마 가루 25g
- 소금 12g
- 설탕 75g
- 버터 60g

Tip

- 단호박은 잘게 썰어 설탕 시럽(분량 외)에 버무려 전 처리한다.
- 프라이팬에 모든 재료를 넣고 볶는다.
- 믹싱볼에 버터를 제외한 모든 재료를 넣고 믹싱한 후 클린업 단계에서 버터를 넣고 발전 단계까지 믹싱한 다음 냉장 휴지한다.



만드는 방법

- 01 믹싱볼에 버터 시트를 제외한 모든 재료를 넣고 최종 단계까지 믹싱하고 1~2시간 정도 냉장 휴지한다.
- 02 ①을 밀어 펴고 버터 시트를 올린 후 3절 1회 밀어 편다.
- 03 ②위에 밀어 편 '자색 고구마 반죽'을 올리고 두께 0.5cm로 밀어 편 후 삼각 틀로 찍어 팬닝해 28℃, 습도 70~75%에서 40분 정도 발효한다.
- 04 ③을 175℃ 컨벡션 오븐에서 12~15분 정도 굽고 식힌 후 '충전용 채소'를 올려 마무리한다.

04

트러플
펌킨스타

재 료

본반죽

- 가루쌀 300g
- 설탕 75g ● 버터 60g
- 분유 15g ● 소금 12g
- 강력분 100g ● 달걀 120g
- 드라이이스트 16g
- *르방 150g ● 물 250g
- 우리밀가루 100g
- 단호박 가루 50g

토픽 충전물

- 당근 10g ● 양파 100g
- 닭가슴살 100g
- 브로컬리 60g
- 양송이 버섯 150g
- 생크림 40g
- 파르메산 치즈 15g
- 소금·후추·트러플 오일 소량

비스킷

- 흰자 50g ● 설탕 50g
- 박력분 40g ● 버터 50g
- 자색 고구마 가루 20g

르방

우리밀가루 50g,
강력분 40g, 소금 2g,
드라이이스트 1g, 물 60g

믹싱볼에 모든 재료를 넣고
믹싱한 후 냉장고에 넣어
하루 정도 발효한다.



만드는 방법

- 01 믹싱볼에 모든 재료를 넣고 믹싱하고, 실온에서 20분 정도 1차 발효한 후 40g씩 분할한 다음 15분 정도 벤치타임을 가진다.
- 02 ①을 밀어 편 후 모양 틀에 넣고 32℃, 습도 85%에서 40~50분 정도 2차 발효한 후, 165℃ 컨벡션 오븐에서 13~15분 정도 굽는다.
- 03 올리브유(분량 외)를 두른 팬에 당근, 양파, 닭가슴살, 브로컬리, 양송이 버섯을 넣고 살짝 볶은 후 생크림을 넣고 볶는다. 파르메산 치즈, 소금, 후추를 넣고 간을 한 후 트러플 오일을 넣고 살짝 볶는다.
- 04 볼에 흰자, 설탕을 넣고 푼 후 박력분과 자색 고구마 가루를 넣고 섞은 다음 중탕으로 녹인 버터를 넣고 섞은 뒤 냉장 숙성한다.
- 05 ④를 철판에 얇게 펼친 후 윗불 100℃, 밑불 220℃에서 3~5분 정도 구운 후 모양 틀에 넣고 굳힌다.
- 06 '본반죽' 안에 '토픽 충전물'을 넣고 165℃ 컨벡션 오븐에서 5분 정도 굽는다.
- 07 ⑥을 '비스킷'에 올린 후 새우(분량 외)와 장식용 꽃(분량 외)으로 장식해 마무리한다.



05

프로마쥬
무슬린

재 료

- 가루쌀 300g
- 우리밀가루 100g
- *르방 150g ● 물 140g
- 달걀 200g ● 강력분 100g
- 설탕 75g ● 버터 60g
- 글루텐 20g ● 분유 12g
- 드라이이스트(골드) 12g
- 현미가루 30g
- 소금 8g ● 개량제 5g
- 단호박 가루 30g
- 블루베리 잼 적당량

커스터드 크림

- 우유 130g ● 노른자 30g
- 설탕 50g ● 전분 8g
- 우리밀가루 8g
- 버터 8g ● 럼 8g

충전용 크림

- 판 젤라틴 4g
- 물 20g
- *커스터드 크림 200g
- 크림치즈 200g
- 생크림 40g ● 분당 30g



만드는 방법

- 01 냄비에 우유를 넣고 끓인다.
- 02 볼에 노른자와 설탕을 넣고 거품이 날 때까지 휘핑한 후 우리밀가루와 전분을 넣고 섞는다.
- 03 또 다른 냄비에 2를 옮긴 후 1을 천천히 부어 끓인 다음 불에서 내려 버터와 럼을 넣고 섞어서 커스터드 크림을 완성한다.
- 04 판 젤라틴을 물에 붙려 물기를 제거한다. 볼에 3과 나머지 재료를 넣고 섞는다.
- 05 믹싱볼에 블루베리 잼을 제외한 모든 재료를 넣고 10분 정도 최종 단계 까지 믹싱한 후 실온에서 20분 정도 휴지한다.
- 06 5를 40g씩 분할하고 원형으로 밀어 편 후 틀에 넣고 블루베리 잼을 10g씩 발라 32℃, 습도 85%에서 40~50분 정도 발효한다.
- 07 6을 165℃ 칸벡션 오븐에서 12~15분 정도 굽고 식힌다.
- 08 7 안에 짜주머니에 담은 '충전용 크림'을 20g씩 짜 넣고 냉동고에 넣어 굳힌 후 딸기(분량 외)로 장식해 마무리한다.

06

우리밀
밤애브레드

재료

본반죽

- 가루쌀 300g
- 우리밀가루 100g
- *르방 150g
- 물 140g
- 달걀 110g
- 우유 100g
- 설탕 75g
- 버터 60g
- 글루텐 20g
- 분유 12g
- 드라이이스트(골드) 12g
- 소금 8g
- 개량제 5g
- 강력분 100g

충전물

- 춘설앙금 500g
- 공주밤 250g
- 생크림 70g
- 노른자 50g
- 소금 2g
- 연유 40g

르방

우리밀가루 100g,
강력분 80g, 소금 3g,
드라이이스트 2g, 물 115g

믹싱볼에 모든 재료를 넣고
믹싱한 후 냉장고에 넣어
하루 정도 발효한다.



만드는 방법

- 01 볼에 모든 재료를 넣고 섞는다.
- 02 믹싱볼에 모든 재료를 넣고 최종 단계까지 믹싱한 후 실온에서 20분 정도 휴지한다.
- 03 ②를 40g씩 분할하고 '충전물'을 40g씩 넣어 감싼 후 틀에 넣어 32℃, 습도 85%에서 50~60분 정도 발효한다.
- 04 ③을 윗불 200℃, 밑불 150℃에서 12분 정도 굽는다.



07

우리밀
현미초코

재 료

- 버터 100g
- 다크 초콜릿 120g
- 가루쌀 150g
- 설탕 80g
- 달걀 300g
- 베이킹파우더 8g
- 우유 80g
- 현미가루 55g
- 우리밀 75g
- 코코아 파우더 20g

가나슈

- 생크림 100g
- 다크 초콜릿 100g



만드는 방법

- 01 버터와 다크 초콜릿을 데워 녹인다.
- 02 믹싱볼에 나머지 모든 재료를 넣고 섞은 후 ①을 넣고 섞은 다음 2시간 정도 냉장 휴지한다.
- 03 ②를 틀에 35g씩 팬닝한 후 160℃ 컨벡션 오븐에서 12~15분 정도 굽는다.
- 04 볼에 생크림과 녹인 다크 초콜릿을 넣고 휘핑해 짜주머니에 담는다.
- 05 식은 '우리밀 현미 초코' 위에 '가나슈'를 파이핑 해 마무리한다.

08

우리밀
펌프킨

재료

쿠키 도우

- 설탕 54g
- 버터 72g
- 소금 1g
- 달걀 23g
- 우리밀가루 135g
- 다크 초콜릿 45g

우리밀 펌프킨

- 흰자 350g
- 설탕 175g
- 아몬드 파우더 25g
- 가루쌀 125g
- 우리밀가루 75g
- 꿀 30g
- 트리몰린 20g
- 베이킹파우더 4g
- 호박 분말 25g
- 버터 225g

현미 장식

- 설탕 150g
- 꿀 50g
- 생크림 50g
- 현미 250g



만드는 방법

- 01 믹싱볼에 설탕, 버터, 소금을 넣고 믹싱한 후 달걀을 넣고 골고루 섞일 때까지 믹싱한다.
- 02 ①에 우리밀가루와 녹인 다크 초콜릿을 넣고 완전히 섞일 때까지 믹싱한 후 하루 정도 냉동한다.
- 03 ②를 적당히 밀어 편 후 모양 틀로 찍은 다음 165℃ 컨벡션 오븐에서 10~12분 정도 굽는다.
- 04 믹싱볼에 버터를 제외한 모든 재료를 넣고 섞은 후 데운 버터를 넣고 믹싱한 다음 2시간 정도 냉장 휴지한다.
- 05 ④를 25g씩 틀에 팬닝한 후 160℃ 컨벡션 오븐에서 12분 정도 굽는다.
- 06 냄비에 설탕, 꿀, 생크림을 넣고 118℃까지 끓인 후 볶은 현미를 넣고 섞은 다음 모양 틀에 넣어 굳힌다.
- 07 '쿠키 도우', '우리밀 펌프킨', '현미 장식'을 순서대로 샌드해 마무리한다.

2020년

가루쌀 제과·제빵 레시피 모음



제과·제빵 부문 통합

* 가루쌀(100%), 국산 밀가루

- 01 단호박 고구마 식빵
- 02 쓱스킷 식빵
- 03 비트 팔뚝볶이
- 04 새빨간 흑임자
- 05 초코 위켄도
- 06 쓱개러멜 도넛
- 07 먹물 풍덩 새우
- 08 쏘닥쏘닥



01

단호박 고구마 식빵

재료

복분자 토핑

- 가루쌀 100g ● 물 30g
- 드라이이스트 1g
- 강력분 14g ● 설탕 20g
- 소금 2g ● 버터 20g
- 홍국가루쌀(박력) 6g
- 복분자 술 50g

옥수수 소보로

- 버터 100g ● 설탕 100g
- 옥수수 가루 100g

본반죽

- 가루쌀 550g
- 강력분 300g ● 설탕 120g
- 우리밀가루 150g
- 소금 14g ● 생 이스트 38g
- 단호박 가루 30g
- 단호박(찐 것) 300g
- 우유 400g ● 노른자 100g
- 고구마(찐 것) 100g
- 버터 80g ● 르방 150g

Tip

- 냄비에 물과 복분자 술을 넣고 따뜻하게 데운 후 드라이이스트를 넣고 푼 다음 나머지 재료를 넣고 잘 섞은 뒤 실온에서 40분 정도 발효한다.
- 볼에 버터를 넣고 푼 후 설탕을 넣고 섞은 다음 옥수수 가루를 넣고 섞는다.



만드는 방법

- 01 믹싱볼에 버터, 고구마를 제외한 모든 재료를 넣고 클린업 단계까지 믹싱한 후 버터를 넣고 최종 단계까지 믹싱한다(반죽 온도 26℃).
- 02 ①을 실온에서 20분 정도 1차 발효한 후 250g씩 분할한 다음 20분 정도 벤치 타임을 가진다.
- 03 ②에 시럽에 전처리한 고구마 50g을 넣고 만 후 식빵 틀에 팬닝한다.
Tip 시럽은 냄비에 물 1,000g과 설탕 300g을 넣고 끓여 만들었다.
- 04 ③을 32℃, 습도 85% 발효실에 넣고 80% 정도 발효했을 때 '복분자 토핑'을 조심히 바른 후 다시 발효한다.
Tip 총 50~60분 정도 2차 발효한다.
- 05 시럽에 전처리한 나머지 고구마와 단호박(분량 외)을 '옥수수 소보로'와 버무려 ④에 올린 후 220℃ 컨벡션 오븐에서 스팀을 준 다음 170℃로 온도를 낮춰 25분 정도 굽는다.

02

썩스킷
식빵

재 료

썩비스킷

- 버터 400g
- 설탕 250g
- 달걀 150g
- 베이킹파우더 9g
- 소금 3g
- 베이킹 소다 6g
- 썩 가루 75g
- 우리밀가루 500g
- 가루쌀 80g

토픽

- 흰자 150g • 분당 500g
- 박력분 30g

본반죽

- 가루쌀 500g
- 우리밀가루 300g
- 설탕 100g • 소금 14g
- 생 이스트 32g
- 버터 140g • 달걀 120g
- 유유 600g • 르방 150g

Tip

- 볼에 흰자를 넣고 푼 후 체 친 분당을 넣고 섞은 다음 박력분을 넣고 섞는다.
- 르방은 일반적인 배합을 따랐다.



만드는 방법

- 01 볼에 버터를 넣고 부드럽게 푼 후 설탕, 소금을 넣고 섞은 다음 달걀을 풀어 조금씩 넣으며 섞는다.
- 02 ①에 체 친 베이킹파우더, 베이킹 소다, 우리밀가루, 우리쌀가루, 썩 가루를 넣고 섞은 후 냉장고에 넣고 1시간 정도 휴지한다.
- 03 믹싱볼에 버터를 제외한 모든 재료를 넣고 클린업 단계까지 믹싱한 후 버터를 넣고 최종 단계까지 믹싱한다(반죽 온도 26℃).
- 04 ③을 실온에서 25분 정도 1차 발효한 후 220g씩 분할한 다음 20분 정도 벤치 타임을 가진다.
- 05 ④를 밀어 편 후 '썩비스킷' 80g을 감싼 다음 밀어 4등분한 뒤 식빵 틀에 팬닝한다.
- 06 ⑤를 32℃, 습도 85% 발효실에서 50~60분 정도 2차 발효한 후 그 위에 '토픽'을 짤 다음 견과류(분량 외)를 올린다.
- 07 ⑥을 165℃ 컨벡션 오븐에서 25~30분 정도 굽는다.



03

비트
팔등복이

재료

파인T반죽

- 타피오카 분말 α (파인소프트T) 210g
- 타피오카 분말 β (파인소프트202) 90g
- 소금 6g
- 달걀 50g
- 식용유 10g
- 물엿 60g
- 쇼트닝 80g
- 물 210g

본반죽

- 가루쌀 500g
- 강력분 400g
- 우리밀가루 100g
- 분유 30g
- 설탕 100g
- 소금 16g
- 드라이이스트 16g
- 달걀 100g
- 우유 600g
- 버터 100g
- 르방 150g
- 레드 비트 파우더(제주산) 60g
- 통팔앙금 500g
- 밤 50g
- 호두(분태) 50g



만드는 방법

- 01 믹싱볼에 모든 재료를 넣고 한 덩어리가 될 때까지 믹싱한다.
- 02 ①을 냉장고에 넣고 30분 이상 휴지한다.
Tip 르방은 일반적인 배합을 따랐다.
- 03 믹싱볼에 버터, 통팔앙금, 밤, 호두를 제외한 모든 재료를 넣고 클린업 단계까지 믹싱한 후 버터를 넣고 최종 단계까지 믹싱한다(반죽 온도 26°C).
- 04 ③을 실온에서 20분 정도 1차 발효한 후 40g씩 분할한 다음 20분 정도 벤치 타임을 가진다.
- 05 ④에 밤과 호두를 넣고 섞은 통팔앙금 40g을 감싼 후 '파인T반죽' 20g을 씌운다.
- 06 ⑤를 32°C, 습도 85% 발효실에서 50~60분 정도 2차 발효한다.
- 07 ⑥을 170°C 컨벡션 오븐에서 11분 정도 굽는다.

04

새빨간
흑임자

재료

흑임자 크림

- 버터 500g
- 크림치즈 100g
- 연유 400g
- 흑임자(간 것) 20g

비트빵

- 가루쌀 500g
- 강력분 400g
- 우리밀가루 100g
- 분유 30g
- 설탕 100g
- 소금 16g
- 드라이이스트 16g
- 달걀 100g
- 우유 600g
- 버터 100g
- 르방 150g
- 레드 비트 파우더(제주산) 60g
- 딸기 적당량



만드는 방법

01 볼에 버터를 넣고 푼 후 크림치즈, 연유, 흑임자를 넣고 섞는다.

Tip 르방은 일반적인 배합을 따랐다.

02 믹싱볼에 버터를 제외한 모든 재료를 넣고 클린업 단계까지 믹싱한 후 버터를 넣고 최종 단계까지 믹싱한다(반죽 온도 26℃).

03 2를 실온에서 20분 정도 1차 발효한 후 60g씩 분할한 다음 20분 정도 벤치 타임을 가진다.

04 3을 둥글리기 해 아랫부분을 봉합한 후 틀에 팬닝한 다음 32℃, 습도 85% 발효실에서 50~60분 정도 2차 발효한다.

05 4를 170℃ 컨벡션 오븐에서 9분 정도 굽는다.

06 식은 '비트빵'의 가운데에 구멍을 낸 후 '흑임자 크림'을 짤 다음 딸기를 올려 마무리한다.



05

초코
위켄도

재 료

아몬드 사블레

- 버터 400g
- 설탕 250g
- 달걀 150g
- 우리밀가루 120g
- 우리가루쌀(박력) 100g
- 아몬드 파우더 80g

초코 위켄도

- 달걀 450g
- 설탕 500g
- 생크림 250g
- 가루쌀 200g
- 베이킹파우더 8g
- 버터 150g
- 럼 40g
- 코코아 파우더 40g
- 우리밀가루 200g
- 화이트 초콜릿 · 오렌지 칩
적당량



만드는 방법

- 01 볼에 버터를 넣고 부드럽게 푼 후 설탕을 넣고 섞는다.
- 02 ①에 달걀을 나눠 넣은 후 우리밀가루와 우리가루쌀(박력), 아몬드 파우더를 넣고 가볍게 섞은 후 냉장고에 넣고 1시간 이상 휴지한다.
- 03 ②를 얇게 밀어 편 후 6cm 사각링으로 찍은 다음 165℃ 컨벡션 오븐에서 15~20분 정도 굽는다.
- 04 볼에 달걀과 설탕을 넣고 가볍게 푼 후 생크림을 넣고 섞는다.
- 05 ④에 우리가루쌀(박력), 베이킹파우더, 코코아 파우더, 우리밀가루를 넣고 가볍게 섞은 후 녹인 버터를 넣고 가볍게 섞은 다음 럼을 넣고 섞는다.
- 06 ⑤를 냉장고에 넣고 1시간 이상 휴지한 후 실리콘 몰드에 팬닝한다.
- 07 ⑥을 165℃ 컨벡션 오븐에서 20분 정도 굽는다.
- 08 '아몬드 사블레' 위에 화이트 초콜릿을 짠 후 그 위에 '초코 위켄도'를 올린 다음 화이트 초콜릿과 오렌지 칩으로 장식해 마무리한다.

06

썩캐러멜
도넛

재료

비트 사블레

- 버터 400g
- 설탕 250g
- 달걀 150g
- 우리밀가루 150g
- 레드 비트 파우더 10g
- 우리가루쌀(박력) 150g

썩도넛

- 버터 150g
- 달걀 130g
- 설탕 100g
- 소금 2g
- 트레할로스 50g
- 물엿 20g
- 우리밀가루 70g
- 가루쌀 70g
- 베이킹파우더 2g
- 썩 가루 16g

캐러멜 견과

- 설탕 150g
- 생크림 240g
- 물엿 38g
- 호두 · 크랜베리 · 호박씨 · 통아몬드 적당량



만드는 방법

- 01 볼에 버터를 넣고 부드럽게 푼 후 설탕을 넣고 섞는다.
- 02 ①에 달걀을 나눠 넣은 후 우리밀가루, 우리가루쌀(박력), 레드 비트 파우더를 넣고 가볍게 섞은 다음 냉장고에 넣고 1시간 이상 휴지한 후 얇게 밀어 편 후 6cm 링으로 찍은 다음 165℃ 컨벡션 오븐에서 20분 정도 굽는다.
- 03 볼에 달걀을 넣고 푼 후 설탕, 소금, 트레할로스, 물엿을 넣고 가볍게 섞은 다음 체 친 우리밀가루, 우리가루쌀(박력), 베이킹파우더, 썩 가루를 넣고 섞은 뒤 녹인 버터를 넣고 섞는다.
- 04 ③을 냉장고에 넣고 1시간 이상 휴지한 후 도넛 틀에 팬닝한 후, 165℃ 컨벡션 오븐에서 15~20분 정도 굽는다.
- 05 냄비에 설탕과 물엿을 넣고 캐러멜화 한다. 또 다른 냄비에 생크림을 넣고 끓인다.
- 06 ⑤에 호두, 크랜베리, 호박씨, 통아몬드를 넣고 섞는다.
- 07 '비트 사블레' 위에 '썩 도넛'을 올린 후 '캐러멜 견과'를 올려 마무리한다.



07

먹물 풍덩 새우

재료

치즈 베사멜 소스

- 우유 1,000g
- 강력분 100g
- 버터 100g
- 롤치즈 200g
- 후추 · 소금 적당량

본반죽

- 가루쌀 500g
- 우리밀가루 250g
- 강력분 250g
- 설탕 100g
- 소금 14g
- 생 이스트 32g
- 버터 140g
- 달걀 120g
- 물 600g
- 먹물 20g
- 르방 150g
- 방울토마토 · 페퍼로니 · 브로콜리 적당량
- 모차렐라 치즈 · 새우 · 콜비잭치즈 적당량
- 파프리카 · 마요네즈 적당량

Tip

• 르방은 일반적인 배합을 따랐다.



만드는 방법

- 01 냄비에 버터를 넣고 녹인 후 강력분을 넣고 중불에서 볶아 화이트 루를 만든다.
- 02 ①에 우유를 조금씩 넣고 섞은 후 잘게 다진 롤치즈와 소금, 후추를 넣고 섞으며 간을 맞춘다.
- 03 믹싱볼에 우리가루쌀(박력), 우리밀가루, 강력분, 설탕, 소금, 생 이스트, 달걀, 물, 먹물, 르방을 넣고 클린업 단계까지 믹싱한 후 버터를 넣고 최종 단계까지 믹싱한다(반죽 온도 26℃).
- 04 ③을 실온에서 25분 정도 1차 발효한 후 70g씩 분할한 다음 20분 정도 벤치 타임을 가진다.
- 05 ④를 타원형으로 길게 밀어 편 후 테두리를 한 번씩 접어 배 모양을 만든 다음 실리콘 페이퍼를 깎 바게트 틀에 뒤집어 팬닝한다.
- 06 ⑤를 32℃, 습도 80%에서 40~50분 정도 2차 발효한 후 그 위에 '치즈 베사멜 소스'를 짜고 모차렐라 치즈, 페퍼로니, 브로콜리, 방울토마토, 파프리카를 올린 다음 마요네즈를 짜고 전처리한 새우와 콜비잭 치즈를 올린다.
- 07 ⑥을 윗불 220℃, 밑불 170℃에서 15분 정도 굽는다.

08

쏘닭쏘닭

재료

핀감자 샐러드

- 감자(찐 것) 1,000g
- 크림치즈 300g
- 사워크림 50g
- 마요네즈 150g
- 옥수수(캔) 100g
- 파프리카 150g
- 피클 30g ● 양파 50g
- 소금 · 후추 적당량

매운 닭가슴살

- 닭가슴살(훈제) 300g
- 매운 양념 소스 120g
- 설탕 50g ● 후추 소량
- 칠리 소스 150g
- 고추장 30g

먹물빵

- 가루쌀 500g
- 우리밀가루 250g
- 강력분 250g
- 설탕 100g ● 소금 14g
- 생 이스트 32g
- 버터 140g ● 달걀 120g
- 물 600g ● 먹물 20g
- 르방 150g
- 소시지 적당량

Tip

● 르방은 일반적인 배합을 따랐다.



만드는 방법

- 01 볼에 감자, 크림치즈, 사워크림을 넣고 섞은 후 옥수수, 파프리카, 피클, 양파를 잘게 다져 넣은 다음 마요네즈를 넣고 되기를 조절하며 섞은 뒤 소금, 후추를 넣고 간을 맞춘다. 냄비에 매운 양념 소스, 칠리 소스, 고추장, 설탕을 넣고 끓인 후 후추를 넣고 섞는다.
- 02 식은 ①에 닭가슴살을 잘게 찢어 넣고 버무린다.
- 03 믹싱볼에 버터를 제외한 모든 재료를 넣고 클린업 단계까지 믹싱한 후 버터를 넣고 최종 단계까지 믹싱한다(반죽 온도 26℃).
- 04 ③을 실온에서 20분 정도 1차 발효한 후 60g씩 분할한 다음 20분 정도 벤치 타임을 가진다.
- 05 ④를 타원형으로 성형한 후 에멘탈 슈레드 치즈(분량 외)를 묻혀 팬닝한 다음 32℃, 습도 85% 발효실에서 40~50분 정도 2차 발효한다.
- 06 ⑤를 윗불 210℃, 밑불 170℃에서 9분 정도 굽는다.
- 07 식은 '먹물빵'을 반으로 자른 후 구운 소시지를 넣고 '핀감자 샐러드'와 '매운 닭가슴살'을 올려 마무리한다.

2019년

가루쌀 제과·제빵 레시피 모음



제과·제빵 부문 통합

* 가루쌀(100%), 국산 밀가루

- 01 야끼모찌
- 02 오색 불고기
- 03 고구마 플라워
- 04 가을 단풍
- 05 가을밤 식빵
- 06 치즈케이크
- 07 녹차 크림볼
- 08 모카 크림빵



01

야끼모찌

재 료

- 가루쌀 175g
- 우리밀 35g
- 파인소프트202 90g
- 소금 6g
- 검정 깨 10g
- 달걀 30g
- 물엿 60g
- 식용유 9g
- 쇼트닝 75g
- 물 210g
- 앙금 300g



만드는 방법

- 01 볼에 앙금을 제외한 모든 재료를 넣고 믹싱한다.
- 02 1차, 2차 발효 없이 ①을 50g씩 분할한 뒤 밀어 펴 앙금을 50g씩 넣고 반죽을 감싼 후 손으로 살짝 누른다.
- 03 ②를 윗불 190℃, 밑불 150℃에서 15분~18분 정도 구워 마무리한다.

02

오색
불고기

재료

충전물

- 불고기 1,000g
- 양파 300g
- 감자분말 100g
- 물 200g
- 당근 100g
- 소금 · 후추 적당량

반죽

- 가루쌀 830g
- 우리밀 680g
- 설탕 140g
- 소금 30g
- 드라이이스트 30g
- 분유 50g
- 노른자 150g
- 물 500g
- 버터 120g
- 물엿 40g
- 르방 400g
- 오징어 먹물 50g
- 빨간 파프리카·노란 파프리카·
브로콜리·메추리알·청피망·
체다 치즈·피자치즈·에멘탈
크림치즈 적당량



만드는 방법

- 01 불고기에 소금, 후추를 넣고 볶는다. 나머지 재료도 믹싱한다.
- 02 믹싱볼에 빨간 파프리카, 노란 파프리카, 브로콜리, 메추리알, 청피망, 체다 치즈, 피자치즈, 에멘탈 크림치즈를 제외한 모든 재료를 넣고 믹싱한다.
- 03 ②를 실온에서 40분 정도 1차 발효하여 80g씩 분할한다.
- 04 ③에 '충전물'을 80g씩 넣어서 동그랗게 성형 후 달걀 물(분량 외)을 묻히고 에멘탈 크림치즈를 윗부분에 뿌린다.
- 05 ④를 십(十)자 모양으로 칼집을 낸 후 35℃, 습도 84%에서 1시간 정도 2차 발효를 한다.
- 06 ⑤에 체다 치즈와 피자치즈를 올린 후 빨간 파프리카, 노란 파프리카, 브로콜리, 메추리알, 청피망을 올린다.
- 07 ⑥을 윗불 210℃, 밑불 150℃에서 10~12분 정도 굽는다.



03

고구마
플라워

재료

고구마 샐러드

- 삶은 고구마 300g
- 마요네즈 30g
- 양파 30g
- 머스타드 10g
- 달걀 100g
- 옥수수 30g

반죽

- 가루쌀 830g
- 우리밀 680g
- 설탕 140g
- 소금 30g
- 드라이이스트 30g
- 분유 50g
- 노른자 150g
- 물 500g
- 버터 120g
- 물엿 40g
- 르방 400g
- 단호박 분말 30g
- 소시지 적당량
- 방울토마토·파프리카 적당량



만드는 방법

- 01 볼에 모든 재료를 넣고 섞는다.
- 02 믹싱볼에 소시지, 방울토마토, 파프리카를 제외한 모든 재료를 넣고 믹싱한다.
- 03 ②를 실온에서 40분 정도 1차 발효한다.
- 04 ③을 50g씩 분할한 후 13cm로 밀어 소시지 한 개를 감싼 뒤 7등분으로 잘라 틀(pet115)에 팬닝한다.
- 05 ④를 35℃, 습도 84%에서 1시간 정도 2차 발효를 한다.
- 06 ⑤를 170℃에서 10분 정도 굽는다.
- 07 ⑥의 중간에 '고구마 샐러드'를 짜고 방울토마토와 파프리카로 장식해 마무리한다.

04 가을 단풍

재료

토피

- 흰자 400g
- 슈거파우더 500g
- 아몬드 슬라이스 적당량
- 아몬드 분말 500g

반죽

- 가루쌀 830g
- 우리밀 680g
- 설탕 90g
- 드라이이스트(레드) 30g
- 분유 50g
- 생크림 100g
- 물 400g
- 버터 90g
- 르방 400g
- 홍국 가루쌀(박력) 25g
- 크랜베리 150g
- 아몬드 슬라이스·슈거파우더·산딸기 잼·딸기 다이스 적당량



만드는 방법

- 01 볼에 모든 재료를 넣고 거품기로 섞는다.
- 02 믹싱볼에 크랜베리, 아몬드 슬라이스, 슈거파우더, 산딸기 잼, 딸기 다이스를 제외한 모든 재료를 넣고 믹싱한다.
- 03 ②를 실온에서 40분 정도 1차 발효한다.
- 04 ③을 270g씩 분할해 밀어 펴서 크랜베리를 30g씩 넣고 식빵모양으로 성형한다.
- 05 ④를 10cm x 10cm x 10cm의 식빵 틀에 팬닝한다.
- 06 ⑤를 35℃, 습도 84%에서 1시간 정도 2차 발효한다.
- 07 ⑥위에 '토피'를 짜주고 아몬드 슬라이스와 슈거파우더를 뿌린 후 170℃에서 20분 정도 굽는다.
- 08 ⑦의 밑부분에 산딸기 잼과 딸기 다이스를 묻힌다.



05

가을밤
식빵

재료

토픽

- 버터 1,000g
- 달걀 1,000g
- 아몬드 분말 600g
- 박력분 400g
- 설탕 900g
- 검정 깨 적당량

반죽

- 가루쌀 830g
- 우리밀 680g
- 설탕 90g
- 소금 30g
- 드라이이스트 30g
- 분유 50g
- 생크림 100g
- 물 400g
- 버터 90g
- 르방 400g
- 흑임자 페이스트 30g
- 흑임자 분말 30g
- 오징어 먹물 20g



만드는 방법

- 01 볼에 모든 재료를 넣고 믹싱해 크림으로 만든다.
- 02 믹싱볼에 모든 재료를 넣고 믹싱한다.
- 03 ②를 실온에서 40분 정도 1차 발효한 후 300g씩 분할 후 식빵 모양으로 성형한다.
- 04 ③을 10cm x 10cm x 10cm의 식빵 틀에 팬닝한다.
- 05 ④를 35℃, 습도 84%에서 1시간 정도 2차 발효한다.
- 06 ⑤에 '토픽'을 바른 후 170℃에서 20분 정도 굽는다.

06

치즈
케이크

재 료

비스킷

- 설탕 200g
- 버터 200g
- 아몬드 프랄린 40g
- 박력분 340g
- 아몬드 100g

반죽

- 크림치즈 100g
- 우유 100g
- 노른자 60g
- 요구르트 43g
- 요고n요구(선인) 43g
- 레몬 과즙 6g
- 가루쌀 40g
- 우리밀 10g
- 흰자 140g
- 설탕 90g
- 트레할로스 20g



만드는 방법

- 01 볼에 모든 재료를 넣고 믹싱한다.
- 02 ①을 170℃에 15분 정도 굽는다.
- 03 볼에 크림치즈, 우유, 요구르트, 요고n요구를 넣고 푼다.
- 04 가루쌀(박력)과 우리밀을 체 친 후 ③에 넣고 가볍게 믹싱한다.
- 05 흰자와 설탕, 트레할로스, 레몬 과즙으로 머랭을 만든 후 ④에 넣고 믹싱한다.
- 06 ⑤를 지름 6cm x 높이 5cm의 틀에 '비스킷'을 깔고 틀 높이까지 팬닝한다.
- 07 ⑥을 중탕으로 윗불 200℃, 밑불 130℃에서 10분 정도 굽는다.
- 08 ⑦에 색이 나면 다시 윗불 150℃, 밑불 130℃에서 10분 정도 더 굽는다.



07

녹차 크림볼

재 료

- 달걀 1,000g
- 트레할로스 182g
- 소금 4g
- 설탕 550g
- 가루쌀 512g
- 우리밀 128g
- 녹차 파우더 150g
- 아몬드 분말 113g
- 베이킹파우더 18g
- 식용유 83g
- 트리몰린 78g
- 버터 918g
- 팔 300g



만드는 방법

- 01 냄비에 달걀, 트레할로스, 소금, 설탕을 넣고 섞은 뒤 40℃에서 중탕한다.
- 02 볼에 가루쌀, 우리밀, 녹차 파우더, 아몬드 분말, 베이킹 파우더를 넣고 거품기로 섞어준다.
- 03 다른 냄비에 식용유, 트리몰린, 버터를 넣고 녹인다.
- 04 3과 2를 섞은 후 팔을 안에 넣고 냉장고에 하루 숙성한다.
- 05 4를 윗불 180℃, 밑불 130℃에서 15분~20분 정도 굽는다.
- 06 5에 홍차잼(분량 외)을 샌드한다.
- 07 6 위에 훈당(분량 외)을 짜 마무리한다.

08

모카
크림빵

재료

크림

- 흰 앙금 1,800g
- 마가린 900g
- 크림비트 600g
- 물 1,200g
- 커피엑기스 60g
- 로띠카페 60g

모카 반죽

- 버터 600g
- 설탕 1,000g
- 박력 2,000g
- 베이킹파우더 40g
- 소금 5g
- 커피엑기스 150g
- 로띠까페 150g
- 달걀 500g

반죽

- 가루쌀 830g
- 우리밀 680g
- 설탕 140g
- 소금 30g
- 드라이이스트 30g
- 분유 50g
- 노른자 150g
- 물 500g
- 버터 120g
- 물엿 40g
- 르방 400g
- 로띠카페 30g



만드는 방법

- 01 볼에 모든 재료를 넣고 믹싱한다.
- 02 ①을 실온에서 40분 정도 1차 발효한다.
- 03 ②를 50g씩 분할한다.
- 04 ③에 '크림' 30g씩을 넣고 '모카 반죽'을 20g씩을 밀어서 덮는다.
- 05 ④를 35℃에서 습도 84%에서 1시간 정도 2차 발효한다.
- 06 ⑤를 윗불 200℃, 밑불 150℃에서 10분 정도 구워 마무리한다.

수상자 현황

2024년(제8회)

제과



대상

이어진
블랑제르르팡



최우수상

김건호
안스베이커리



금상

이경희
티셰의 집



금상

박수홍
박수홍Bakery&cafe



금상

정다은
파파앤썬

2024년(제8회)

제빵



대상

김소연
리우베이커리



최우수상

양지훈
베이커리향



금상

이용희
순수베이커리



금상

진선경
연선희베이커리카페



금상

이용기
브레드세븐

2023년(제7회)

제과



대상

최종원
델빠네



최우수상

백소라
닥터장팩토리



금상

강인주
그린하우스



금상

김홍익
플렌베이커리



금상

이보라
팡쇼

2023년(제7회)

제빵



대상

박명수
맘스브레드



최우수상

김명강
호미탐



금상

김소연
리우베이커리



금상

이경민
델빠네



금상

최재웅
강릉346커피스토리

2022년(제6회)



최우수상

조운승
포근베이커리

2021년(제5회)



최우수상

조익중
(주)엔데오에프앤비 명장시대

2020년(제4회)



최우수상

윤두열
라운드라운드

2019년(제3회)



최우수상

이은미
더 구움

2019~2024년 우리쌀밥
기능경진대회 수상

가루쌀 제과·제빵 레시피 모음

발 행 일 2025년 7월

발 행 인 농촌진흥청장 권재한

편 집 인 농촌지원국장 권철희

편 집 위 원 식량산업기술팀장 고종민

편 집 기 획 식량산업기술팀 노석원, 엄미옥, 박정현, 고창호, 김동연, 윤송
국립식량과학원 품종개발과 서정필, 하수경

자 료 제 공 (사)대한제과협회 사무총장 최지웅, 팀장 고명훈

감 수 (사)대한제과협회 쌀소비촉진분과위원장 강경원 · 정태채

발 행 처 농촌진흥청
54875 전북특별자치도 전주시 덕진구 농생명로 300

인 쇄 처 디자인미래

발간등록번호 11-1390000-100031-01

ISBN 978-89-480-8760-4 93520

본 자료에 게재된 데이터, 사진 등을 무단으로 복제, 이용하는 것을 금지합니다.

2019~2024년 우리쌀빵
기능경진대회 수상

가루쌀 제과·제빵 레시피 모음



농촌진흥청

ISBN 978-89-480-8760-4 93520