

かんたんピザ生地きじの作り方つく かた

【材料2枚分】 ざいりょう まいぶん

きょうりきこ 強力粉	150 g
さとう 砂糖	15 g
しお 塩	3 g
ドライイースト	3 g
オリーブオイル	15 g
ゆ ぬるま湯	100 c c
(35℃くらい)	

【作り方】 つく かた

- ① ゆぬるま湯にさとう砂糖・しお塩・オリーブオイル・ドライイーストをい入れてはしでま混ぜる
- ② ①にきょうりきこ強力粉を入れ、さいばしでくるくるとま混ぜひと塊かたまりにする
- ③ ②にラップをしレンジ200w（又は弱）で20秒びょうかける
- ④ そのまま2倍ばいくらいになるまで発酵はっこうさせる
- ⑤ ぬガス抜きをして、きじ生地を2個こ わに分ける
- ⑥ オーブンシートの上うえに生地をのせ、その上うえにオーブンシートをかぶせる
- ⑦ 手で押しながらかまるくなるように生地をのばしソース・具ぐ・チーズをのせる
- ⑧ オーブン180℃で10分程度焼く

【ピザの具】

たまねぎ・ピーマン・コーン・赤パプリカ・ナス・ツナ缶・ズッキーニ・ゆでたまご・ウインナー・ハム

ソースはケチャップとマヨネーズを混ぜたもの

溶けるチーズ

かんたんピザ生地きじの作り方つく かた

- ①ボールにぬるま湯に砂糖・塩
ドライイースト・オリーブオイル
入れてまぜる



- ②粉をいれてよくまぜる



- ③ラップをして
電子レンジ 弱 (200w)
20秒



- ④2倍位になるまで
発酵させる



- ⑤生地を2つに分けて
オーブンシートの上に置く。
その上にもシートをかぶせ手でのばす



- ⑥好きな具をのせる



- ⑦ オーブン180℃-200℃
約10分焼く
美味しいピザのできあがり

