

夏野菜ピザ



<材料> 1枚分 (子ども8人分)

強力粉	60g
小麦粉	40g
塩	ひとつまみ
ドライイースト	小さじ1/2
砂糖	小さじ1
ぬるま湯 (42℃くらい)	60cc
オリーブ油	大さじ1と1/2
トマトソース	30g
玉ねぎ	1/3個
トマト	1/2個
ピーマン	1/2個
ピザ用チーズ	80g

※コーン、なす、かぼちゃなど、いろいろな夏野菜を使ってトッピングを楽しんでくださいね。

(作り方)

- ① ドライイースト・砂糖をぬるま湯に入れ、5分くらい置いておく。
- ② ①に強力粉・小麦粉・塩を加え、手で練りつぶすように7～8分練る。
- ③ オリーブ油を加え、油がまんべんなく混ざるまで練る。
- ④ 生地を丸め、ボウルにラップをかける。ひとまわり大きいボウルにお湯(40℃)をはり、その中に生地の入っているボウルを入れて40～60分発酵させる。
※オーブンの発酵機能を使っても良いです。
- ⑤ 生地を発酵させている間に、ピーマンは薄い輪切り、トマトは角切り、玉ねぎは薄くスライスしておく。
- ⑥ 発酵が終わったら、生地を直径約20cmの円形に伸ばし、フォークを刺して何か所か穴をあけ、170℃のオーブンで6分、素焼きをする。
- ⑦ 素焼きが終わったら、生地にはトマトソースを塗り、具材をのせて、180℃のオーブンで8分焼く。