

ピザ


620円



材料（1人分）

- ・強力粉 120g
- ・薄力粉 50g
- ・砂糖 10g
- ・ドライイースト 2g
- ・塩 2g
- ・オリーブオイル 3g
- ・ベーコン 30g
- ・ピーマン 20g
- ・コーン 15g
- ・チーズ 40g
- ・ピザソース 30g

団地で準備するもの

2 班に 1 つ程度	必要分	
 <input type="checkbox"/> キッチンペーパー  <input type="checkbox"/> チャッカマン	<input type="checkbox"/> 回収用ゴミ袋  <input type="checkbox"/> ガムテープ（ゴミ袋設置用） 	
1 班に 1 つ	 <input type="checkbox"/> 食器用洗剤  <input type="checkbox"/> 手指消毒用アルコール	
 <input type="checkbox"/> 生ごみ用ゴミ袋  <input type="checkbox"/> そうきん		
1 班に 1 つ（＋予備 1～2 つ）	1 班に 2 つ	1 人 1 つ
 <input type="checkbox"/> くっつかないアルミホイル または アルミホイルとクッキングシート	 <input type="checkbox"/> ふきん  <input type="checkbox"/> スポンジ	<input type="checkbox"/> 軍手 ※滑り止めがついていないもの 

貸出物品

ボウル / ざる / めん棒 / 計量カップ / 火ばさみ / バット / ピザカッター / 包丁 / まな板 / フォーク等

所要時間 約 3.5 時間（説明～片付けまで）

ピザの作り方

準備

- 材料を食堂まで取りに行く。(材料を食堂で注文した場合) ☆ 材料はかごにまとめています。
- 手を洗う。
- 調理道具(まな板、包丁、ボウル、鍋など)を洗う。
- 火をおこす準備をする。

作り方

生地を作ろう！

食堂注文の場合、材料は班の人数分で袋分けされています。

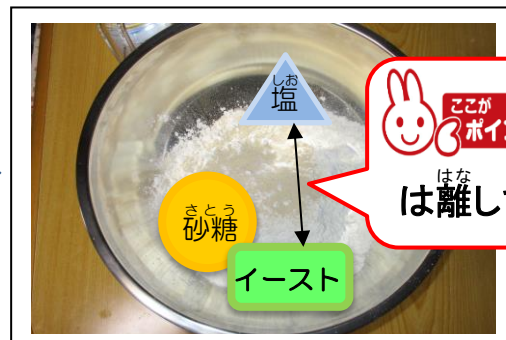
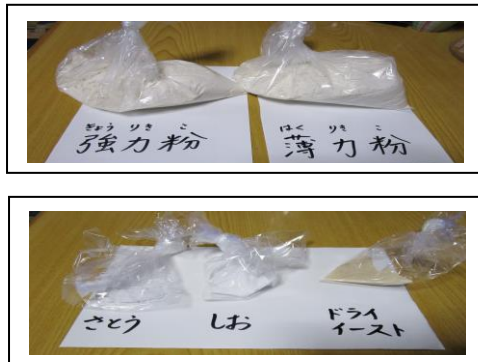
コロナ対策5カ条

- 1 密にならない
- 2 こまめにハンドソープで手洗い
- 3 マスクを着用
- 4 友達と用具を共有しない
- 5 ビニール手袋を着用
(火のそばでは外す)

1 ボウルに強力粉(1人分120 g)、薄力粉(1人分50 g)を入れる。

その上に砂糖(1人分10 g)、ドライイースト(1人分2 g)を入れる。

イーストから離れたところに、塩(1人分2 g)を入れる。



2 常温の水(80 ml × 人数分)を流し入れ、全体を混ぜ合わせる。

(粉っぽさが残る場合は水を少しずつ足す。)



ボウルに水を入れる



ぐるぐるかき混ぜる

3 ^{こな}粉っぽさがなくなってきたら、オリーブオイル(^{ひとりぶん}1人分^{グラム}3 g)を入れ、

^{きじ}生地をよくこねる。(20分^{ぶん}ほど)



4 よくこねたら、表面が^{ひょうめん}つるんとなるよう丸くしてボウルに入れ、20分ほど^{まる}休ませる(^い生地を^{ぶん}発酵^{やす}させる)。



^{かんそう}乾燥しないように
ラップをかけよう！

^{きじ}生地を中におりこみながら丸い^{まる}形^{かたち}を作ると、
つるんとしたなめらかな^{ひょうめん}表面ができます。

※寒い時期は、約40度のぬるま湯をはったボウルに
^い入れて、^{ゆせん}湯煎しながら^{はっこう}発酵させる。

トッピングの^{じゅんび}準備をしよう！

5 ^{きじ}生地を^{はっこう}発酵させているあいだに、トッピングで使う材料を^{つか}準備^{ざいりょう}しましょう。

★ ^{しよくざい}食材の水分は切っておきましょう。

ピーマンはできるだけ^{うす}薄く
切ると、おいしく^き食べるこ
とができます☆

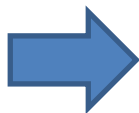


トッピングをしよう！

6 はっこう き じ にんずうぶん わ
発酵させた生地を人数分に分ける。

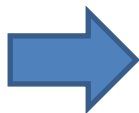


7 アルミホイルに き じ お うす のばす。 す おお あな
好きな大きさまでのばしたら、フォークで穴をあける。



き じ あつ きんとう になるように、やぶ
しましょう。★めん棒を使うとのばしやすいです。

8 アルミホイルのはしに かべ つくって、 き じ
ピザソースをぬり、トッピング材料をのせていく。

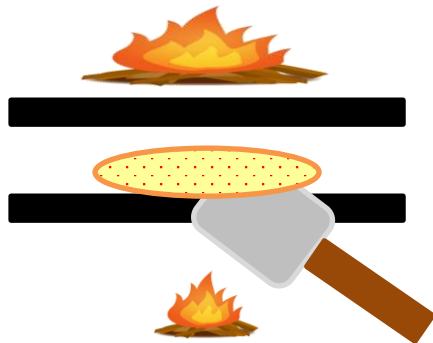


ピザ き じ そ
アルミホイルの壁を作ります！

※ チーズは いちばんさいご 一番最後にのせます。

や ピザを焼こう！

- 9 生地をアルミホイルごと、かまどの鉄板と鉄板のあいだに入れる。



かまどの薪は、初め下の方で火をおこし、
火が全体についたら、上の鉄板に移します。
下の方にも少し残しておきましょう。

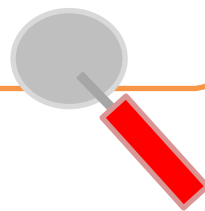
(薪の量：上9割・下1割)

- 10 表面が焼け、具に火が通ったら、できあがりです！



食べる前に、ピザカッターを使って

切り分けましょう。



かたづけ

- かまどに残った薪や灰は、灰捨て場(水道の横)に捨てて下さい。その後、かまどをほうきでは

いて下さい。最後に、捨てた薪や灰に水をかけて下さい。

- 調理道具をきれいに洗います。道具は、倉庫に戻します。

- 材料が入っていたカゴを洗い、食堂に返します。

- 机やいすの下にごみがないか確認します。

- ごみは、もえるごみと生ごみ、空き缶に分けます。

* もえるごみ・空き缶 → 大浴場の裏のごみ置き場(えんとつがある建物)

* 生ごみ → 食堂の裏のごみ置き場

ようぐいちらんひょう 用具一覧表(ピザ)

ちょうりきぐめい 調理器具名	かず 数
ボール	1
ざる	1
ほうちょう 包丁	3
いた まな板	3
めんぼう	1
けいりょう 計量カップ	1
ピザカッター	1
バッド	1
ひ 火ばさみ	1



せんざい あら しょう
○洗 剤で洗ってご使用ください。

しょうご せんざい つか あら ふ
○使用後も洗 剤を使ってよく洗い、キッチンペーパーで拭い
てください。

ようぐ かず かくにん
○よごれがないか、また、用具の数がそろっているかを確認し
のち せいねん いえしょくいん てんけん う
た後、青年の家職 員の点検を受けてください。