

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

団体で準備するもの

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(ごみ袋設置用)	
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"/> 生ごみ用ごみ袋 <input type="checkbox"/> ぞうきん		
1班に1つ(+予備1~2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)

かた つく ピザの作り方

じゅんび
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。

つく
作り方

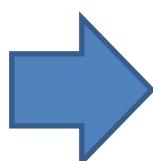
生地を作ろう！

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。

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 m l × 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づつ足す。)



コロナ対策 5 力 条

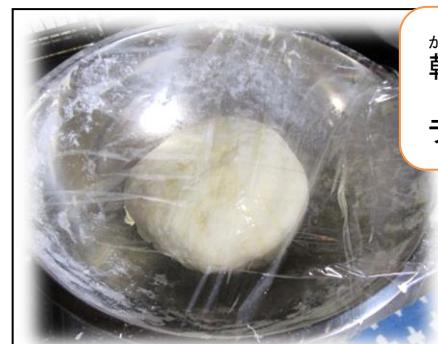
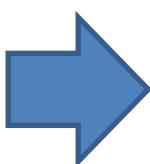
- 1 密にならない
- 2 こまめにハンドソープで手洗い
- 3 マスクを着用
- 4 友達と用具を共有しない
- 5 ビニール手袋を着用
(火のそばでは外す)

3 粉っぽさがなくなってきたら、オリーブオイル(1人分3g)を入れ、

生地をよくこねる。(20分ほど)



4 よくこねたら、表面がつるんとなるよう丸くしてボウルに入れ、20分ほど休ませる(生地を発酵させる)。



かんそう
乾燥しないように
ラップをかけよう!

生地を中におりこみながら丸い形を作ると、
つるんとしたなめらかな表面ができます。

※寒い時期は、約40度のぬるま湯をはったボウルに
入れて、湯煎しながら発酵させる。

トッピングの準備をしよう！

5 生地を発酵させているあいだに、トッピングで使う材料を準備しましょう。

★ 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薄く
切ると、おいしく食べるこ
とができます☆

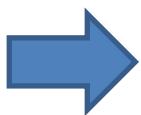


トッピングをしよう！

6 発酵させた生地を人数分に分ける。

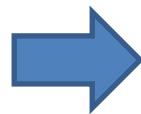


7 アルミホイルに生地を置き、薄くのばす。好きな大きさまでのばしたら、フォークで穴を開ける。



生地の厚さが均等になるように、やがれのないようには
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壁をつくて、生地にピザソースをぬり、トッピング材料をのせていく。

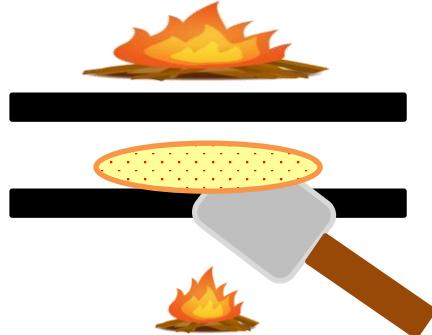


 **ここが
ポイント** ピザ生地に沿うように、
アルミホイルの壁を作ります！

※ チーズは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間に入れる。

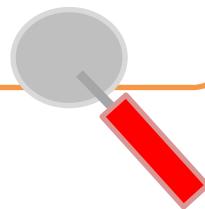


かまどの薪は、初め下の方で火をおこし、
火が全体についたら、上の鉄板に移します。
下の方にも少し残しておきましょう。
(薪の量：上9割・下1割)

10 表面が焼け、具に火が通ったら、できあがりです！



た
食べる前に、ピザカッターを使って
き
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

用具一覧表(ピザ)

調理器具名	かず 数
ボール	1
ざる	1
包丁	3
まな板	3
めんぼう	1
計量カップ	1
ピザカッター	1
バッド	1
火ばさみ	1



○洗剤で洗ってご使用ください。

○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。

○よごれがないか、また、用具の数がそろっているかを確認した後、青年の家職員の点検を受けてください。