

## フライパンピザ



### ざいりょう (1まい分)

ざいりょう (きじ)	ぶんりょう	ざいりょう (ぐ)	ぶんりょう
こむぎこ (薄力粉)	150 g	ピザソース (市販)	50 g
おゆ (40どくらい)	80 c c	コーン (缶)	30 g
ドライイースト	3 g	ハム	2まい
さとう	小さじ1	ピーマン	1こ
しお	小さじ1/2	プチトマト	3こ
サラダオイル	大さじ1	チーズ (ピザ用)	50 g
		サラダオイル(焼用)	小さじ1

### つくりかた

1. ボウルにこむぎこを入れ、ざっとまぜ、ドライイースト、さとう、しお、サラダオイルをいれ、おゆをドライイーストにかかるといれて、まぜあわせ、手でなめらかになるまでこねる。
2. きじをまるめ、ボウルにもどし、ラップをかけてはっこうさせる。ふくらみがわるいときは、ゆせんにかける。(30分くらい)
3. ぐざいをきる。
4. きじがふわっとふくらんだら、手またはめんぼうでフライパンの大きさにひろげる。(きじをさわりすぎると、やいたとき、ふくらみがわるくなるので注意)
5. クッキングシートにサラダオイル(小さじ1)をぬり、のばしたきじをおき、フライパンにいれ、ふたをして5分おく。火をつけ、中火で5分半~やく。うらに少しやき色がついたら、火をけして、クッキングシートのままとりだし、きじをひっくりかえす。

6. ピザソースをぬり、きつたぐざいをのせ、上からチーズをのせ、ふたをして、中火～弱火で5分半～やく。(こげないようにときどきかくにんする) 火をとめて、ふたをしたまま、5分くらいおく。

#### ※オーブンでの焼き方

予熱を入れたオーブンで、具材をのせたピザを、230度10分～焼く。

~~~~~つくってみて!~~~~~



#### 簡単手作りピザソース

フライパンに、トマトホール缶をあげ、トマトを手でつぶし、好みの量になるまで煮詰め、塩、黒こしょう、オレガノを入れて調味する。



#### おもてなしピザ (材料より3個出来る)

発酵させた生地を3等分する丸く広げ、真ん中をうつわのようにへこませて成形し、中にソースをぬり、230度の予熱の入ったオーブンで5分焼き、途中、モッツアレラチーズをのせ再びオーブンへ入れ、チーズが溶けるまで2～3分焼き、バジルを添える。



#### ホワイトピザ (材料より1枚出来る)

生地の上に、ソーセージ、ゆで卵、スライスしたたまねぎ等をのせ、生クリームを適量かけ、塩、こしょうし、チーズをのせて、230度予熱の入ったオーブンで15分～焼く。お好みでアンチョビをトッピングしても美味しい。



#### サラダピザ (材料より2枚出来る)

生地を半分をうすくのばし、230度予熱の入ったオーブンで10分～焼く。あら熱がとれたら、ベビーリーフ、モッツアレラチーズ、生ハム、プチトマトをのせ、オリーブオイルをまわしかける。パルミジャーノをかけると美味しい。