

レシピ



材料 [20cmのピザサイズ]

【生地】

米粉ミックス(グルテン添加) …250g
 水 ……190cc
 無塩マーガリン ……20g
 砂糖 ……15g
 塩 ……4.6g
 ドライイースト ……3.8g

【トマトソース】

日南トマト ……250g
 玉ネギ ……25g
 ニンニク ……2.5g
 砂糖 ……小さじ1/4
 コンソメ顆粒 ……小さじ1/8
 こしょう ……少々
 オリーブオイル ……大さじ1

【トッピング】

ピザ用チーズ ……100g
 玉ネギ ……小1/4個
 日南トマト ……小1/4個
 トウモロコシ(実の部分) ……20g
 甘長とうがらし ……20g
 ウインナー ……5本
 荒挽きこしょう ……適宜

ワンポイント

*トッピングは好きな具材に変えても楽しめます。
 *焼くとき、生地が膨らまないようにフォークで穴を開けるのがコツです。

作り方

【生地】

①計量した材料を全て生地こね機に入れ、初めは弱にして2分、強にして8分こねる。(家庭の場合は適当な大きさのボウルに入れ、手で約15~20分こねる)



②こねあがった生地を丸め、10分間ねかせる

③生地を丁寧に広げて形を作る。周りを少し厚めにのばしたあと、フォークで全体に穴をあけておく。これがコツです。



【トマトソース】

①日南トマトはへたを取り、2~3cm角に切る

②玉ネギとニンニクをみじん切りにする



③厚手の鍋にオリーブオイルと②を入れ、弱火で炒め、香りが出たら日南トマトと①を加え、沸騰したら中火で12~13分煮詰める。



【トッピング】

①玉ネギを繊維に沿って薄切りし、日南トマトは横にスライスする(中央部分は半分に)

②甘長とうがらしを棒状、ウインナーを斜めにスライスする。

③トウモロコシをさっと湯がいて実をはずす。

④生地にトマトソースを塗り、すべての野菜とウインナーをトッピングしチーズを乗せる。

⑤230℃に余熱したオーブンで約13分焼く。全体が色付き、チーズが溶けたら焼き上がり。荒挽きこしょうをかけて完成。



◀レシピ動画
公開中