

ピザ生地の作り方

【材料】（5人分）

○強力粉 400g 薄力粉 100g 塩 10g・砂糖 15g ※計量して袋に入れてあります。

○ドライイースト 9g（1袋 3g×3） ○オリーブオイル 50cc

○ぬるま湯 275cc ○打ち粉 少々（薄力粉）



①強力粉・薄力粉・塩・砂糖、ドライイーストをボールに入れて軽く混ぜ、オリーブオイルを入れさらに混ぜる。



②ぬるま湯を計量カップで量り、2 / 3 ぐらい入れて混ぜる



③生地の状態を見ながら残りのぬるま湯を足していき、耳たぶぐらいの柔らかさになるまで捏ねる

※はじめのうちはバサバサしていて、だんだんネバネバしてきます。



④丸めて、軽くボールの中に叩きつける（20 回くらい）

シワがないように丸め、乾燥しないようにラップをかける



- ⑤大ボールに熱湯を張り、その中に生地のパールを浮かべ、約 40 分間一次発酵させる
だんだん膨らんでくるので、時々ぞいてみよう（生地を指で押し、跡が付かなければOK）



- ⑥一次発酵が終わった生地は、焼く数量に小分けし丸めて、ボールに戻して約 10 分間二次発酵させる
その間にアルミホイルとめん棒を準備しておく



- ⑦アルミホイルの上に軽く打ち粉（薄力粉）をして、生地を手の平で中心から外に向かって押し広げる
上手く手で広げられなければ、めん棒を使って中心から外に向かって押し広げる
生地がくっつくようならば、更に打ち粉をする



を

- ⑧生地の厚さはお好みですが、100 g の粉（1 人分）で 20～25 c m の大きさになります
アルミホイルからはみ出ないぐらいの大きさまで。薄い方が焼きやすいです。
フォークでツンツンと刺して穴を開ける ※貫通させないように注意！

あとは、お好みのトッピングをして、石窯で焼きましょう！