

埼玉県立名栗げんきフラザ

ドラム缶オーブンで  
森のピザ作り  
～ 作り方レシピ ～



# ●材料(5~6人分)

## <生地>

強力粉 … 200g  
薄力粉 … 200g  
塩 … 4g  
砂糖 … 18g  
ドライイースト … 6g  
オリーブオイル … 適量  
水 … 170cc

## <トッピング>

トマトソース … 200g  
チーズ … 300g  
山菜 … わらび、たらのめ、こごみ、セリ、キノコなど3~4種類  
ツナ … 1缶  
トマト … 1玉  
タマネギ … 1/2玉  
コーン … 1缶  
パプリカ … 1つ

★その他のトッピングはお好みで用意してみましょう！

## 【生地作り】

### ●生地をこねる

- ①生地粉を、ボウルに全部入れる。
- ②粉を混ぜながら少しずつ水を入れていく。  
※こねないように、水分が全体にいきわたるように混ぜる。
- ③消しゴムのかすのようになったら、ボウルの中で生地をこねる。水を少しずつ入れる。  
※手の腹に力を入れ、「生地をのばし折りたたむ」を繰り返す。
- ④生地がスベスベで、耳たぶくらいの固さになったら、親指の第1関節位のへこみ分のオリーブオイルを入れて、さらにこねる。
- ④生地のヌルヌルがなくなったら、袋に入れ、寝かせておく。

### ●生地をのばす

- ①麺板を準備し、麺版と麺棒に打ち粉をしておく。
- ②丸くまとめた生地を、ゴルフボールの大きさ5~6個に分ける。
- ③手のひらで生地を押しつぶしてから、打ち粉をし、アルミ皿と同じ大きさになるまで、麺棒で薄くのばす。
- ④伸ばした生地をアルミ皿にのせ、フォークで30回ほど穴をあける。

## 【トッピング】

- ①包丁でトッピングの材料を薄く切る。  
※分厚かったり、大きいと生焼けになるので注意する。
- ②アルミ皿にセットした生地の上に、ソースを全体に伸ばし、切った材料をトッピングする。  
※山盛りにのせると焼けないことがあります。平らにのせましょう。  
※最後にトッピングが足りなくなることをないように、生地の枚数に合わせ、トマトソースやトッピングの量を調節する。
- ③トッピングした生地全体にチーズをかける。
- ④ドラム缶オーブンへ持っていき焼きましょう。  
※おうちではオーブントースターやフライパンを使っても作る事ができます。  
ぜひ、挑戦してみてください！

