

辻調の楽しい食卓～四季のピッツァ

<p><材料> (4人分)</p> <p>* <u>ピッツァの生地</u></p> <p>薄力粉…………… 200 g 強力粉…………… 250 g 水…………… 250ml 塩…………… 10 g インスタント・ドライイースト… 1 g</p> <p>* <u>具材 1</u></p> <p>モッツアレッタ・チーズ…………… 50 g 赤ピーマン…………… 1/4 個 黄ピーマン…………… 1/4 個 ズッキーニ…………… 1/4 本 バジリコ…………… 4 枚</p> <p>* <u>具材 2</u></p> <p>小海老…………… 12 尾 やりいか…………… 1/2 杯 にんにく…………… 1/4 片 ブラック・オリーブ…………… 4 個 アンチョビー…………… 2 枚 オレガノ…………… 少量</p>	<p>* <u>具材 3</u></p> <p>生ソーセージ…………… 4 本 ブロッコリー…………… 1/4 株</p> <p>* <u>具材 4</u></p> <p>季節のきのこ…………… 80 g ロースハム…………… 50 g 白ワイン…………… 30ml 生クリーム…………… 50ml</p> <p>トマト (缶詰) …………… 200ml パルメザン・チーズ…………… 適量 オリーブ油…………… 適量 エクストラバージン・オリーブ油… 適量 塩、こしょう</p> <div style="text-align: center;">  </div>
---	--

Act OnTV

<作り方>

ピッツアの生地を作る

1. ボウルに分量の水を入れ、塩を加えて溶かす。インスタント・ドライイーストを加えてさらに溶かし、小麦粉を加えて混ぜ合わせる。生地がやわらかいときは小麦粉をたす。



2. 麺台に移して生地がなめらかになるまで練り、10～15分休ませる。



3. ②の生地を1個130～150gに分割し、丸く成形する。バットに入れて乾燥しないようにビニール袋などで覆い、生地が1.5倍にふくらむまで室温で発酵させる。(25℃で約4時間)



具材の準備をする

4. 具材 1 を作る。モッツアレッタ・チーズは半月形に切る。赤ピーマン、黄ピーマンは種を取り除く。ズッキーニは食べやすい大きさに切る。鍋にオリーブ油を熱し、野菜をしんなりするまで炒めて塩、こしょうで味を調える。



Act OnTV

5. 具材 2 を作る。小エビは背わたを取って殻をむく。やりいかは薄皮をむき、輪切りにする。それぞれ塩ゆでする。



6. 具材 3 を作る。生ソーセージは中身をスプーンで出し、食べやすい大きさにしておく。ブロッコリーは小房に分けて塩ゆでし、氷水に落とす。



7. 具材 4 を作る。きのこは食べやすい大きさに切り、ロースハムは細切りにする。フライパンにオリーブ油を熱し、きのこを香ばしく炒める。ロースハムを加えてさっと炒め、白ワインを加えてアルコール分を飛ばす。さらに、生クリームを加えて沸騰させ、塩、こしょうで味を調える。



8. トマト（缶詰）はトマトに対して1%の塩を加える。パルメザン・チーズはすりおろす。



Act OnTV

仕上げる

9. 生地を直径約 20cm にのばす。生地的一半にトマトをぬり、残りの半分にはパルメザン・チーズをふる。軽く熱したフライパンにのせて蓋をし、生地の上に焼き色がつくまで強火で約 1 分焼く。



10. オーブンプレートに取り出し、トマトソースの部分に具材①と②を、パルメザン・チーズの部分に具材の③と④をのせ、エクストラバージン・オリーブ油をかける。



11. 250℃に予熱したオーブンに入れ、表面が香ばしくなるまで焼く。

