

「こだわりピザ」でおもてなし！！

材料 (5人分)		
ピザ生地	強力粉	250ml分
	ドライイースト	2.5g
	塩	ひとつまみ
	砂糖	小さじ2
	サラダ油	大さじ2/3
	45度くらいのぬるま湯	80~90ml
ピザソース	ホールトマト	200ml
	ニンニク	1片
	塩	少々
	砂糖	少々
	ピザ用チーズ	30

グルテンの性質
 粘りが強くなる条件
 ・小麦粉の種類は
強力粉 > 中力粉 > 薄力粉
 ・塩は
添加する
 ・温度は
高い方がよい
 ・時間は
長く、寝かせる
 ・混ぜ方は
強く混ぜる

作り方

- ①ビニール袋にピザ生地の粉類をすべて入れて、よく振って混ぜる。
- ②①に湯とサラダ油を加え、袋ごとよくこねる。
- ③かるく口を結び、20~30分置く。
- ④袋から取り出し、生地を押さえて形を整え、麺棒で円形に広げる。

ピザソース

- (1)みじん切りにしたニンニクを炒め、つぶしたホールトマトを加えて煮込む。
- (2)好みの濃度になってきたら、塩・砂糖で味を調える。

- ⑤ピザソースを全体に伸ばし、それぞれに準備したトッピングとピザ用チーズを載せ、200度のオーブンで約15分焼く。
- ⑥焼きあがったら、班員+1に切り分ける。

班員：

事前説明時(3時間目)に記入 班

こだわりポイント	トッピングの準備 (予算 円)			
	材 料	購入量	価 格	産 地

班で話し合ったこと (出された意見の箇条書きで良い)

評価項目

1	材料の原産地 (都城市内3点・宮崎県内2点・国内1点)	合計	点
2	包装ごみ・生ごみの総重量		g
3	自分たちのこだわりが反映されたピザになったか	Yes	No
4	1ピース、いくらで販売したいですか?		円
5	試食の先生が付けてくれた価格		円
6	協力しながら計画的に作業できたか	Yes	No

感想

調理実習後(5時間目)に記入

組 番 氏名

「こだわりピザ」でおもてなし！！

材料 (5人分)			*グルテンの性質* 粘りが強くなる条件 ・小麦粉の種類は ・塩は ・温度は ・時間は ・混ぜ方は
ピザ生地	強力粉	250ml分	
	ドライイースト	2.5g	
	塩	ひとつまみ	
	砂糖	小さじ2	
	サラダ油	大さじ2/3	
	45度くらいのぬるま湯	80~90ml	
ピザソース	ホールトマト	200ml	
	ニンニク	1片	
	塩	少々	
	砂糖	少々	
	ピザ用チーズ	30	

作り方

- ①ビニール袋にピザ生地の粉類をすべて入れて、よく振って混ぜる。
- ②①に湯とサラダ油を加え、袋ごとよくこねる。
- ③かるく口を結び、20~30分置く。
- ④袋から取り出し、生地を押さえて形を整え、麺棒で円形に広げる。

ピザソース

(1)みじん切りにしたニンニクを炒め、つぶしたホールトマトを加えて煮込む。

(2)好みの濃度になってきたら、塩・砂糖で味を調える。

- ⑤ピザソースを全体に伸ばし、それぞれに準備したトッピングとピザ用チーズを載せ、200度のオーブンで約15分焼く。
- ⑥焼きあがったら、班員+1に切り分ける。

班員：		班		
こだわりポイント	トッピングの準備 (予算 円)			
	材 料	購入量	価 格	産 地
班で話し合ったこと (出された意見の箇条書きで良い)				
評価項目				
1	材料の原産地 (都城市内3点・宮崎県内2点・国内1点)	合計	点	
2	包装ごみ・生ごみの総重量		g	
3	自分たちのこだわりが反映されたピザになったか	Yes	No	
4	1ピース、いくらで販売したいですか?		円	
5	試食の先生がつけてくれた価格		円	
6	協力しながら計画的に作業できたか	Yes	No	
感想				
組 番 氏名				

