

ピザ(パン生地)



加熱の目安

予熱：約10分
加熱：約22分

1回に作れる分量

直径24cmのピザ1枚分

使用付属品



テーブルプレート
下段



給水タンク 満水

カロリー

1613kcal

塩分

9.8g

※カロリーと塩分は1人分または1回に作れる分量の値です。
このレシピはMRO-S7B対応レシピです。

注意



指示

テーブルプレートの出し入れは、やけどのおそれがあるので、厚めの乾いたふきんやお手持ちのオープン用手袋を使う

作りかた

- 給水タンクに満水ラインまで水を入れてセットする。
- ポリ袋（市販）にAとドライイーストを入れて混ぜ合わせる。
- ②にBを入れてポリ袋に少し空気を入れて口を閉じ、振って粉と水分をよく混ぜ合わせ、約5分十分にこねる。
- ③を2~3cmの厚さに整え、テーブルプレートの中央に置き、**スチーマレンジ発酵** **約10分** 仕上がり調節 **中** で発酵をする。
- 打ち粉（強力粉・分量外）をしたのし台に生地を取り出し、手でかく押し中めのガスを抜く。
- 生地をのし台で表面がなめらかになるように丸め、ラップかかたく絞ったぬれふきんをかけて、生地の温度が下がらないようにして約15分休ませる。（ベンチタイム）
- 取り外したテーブルプレートにクッキングシートを敷き、⑥をのせて直径約24cmの円形にのばし、生地の全体にフォークで穴をあける。
- 生地にふちを約1cm残してピザソースを塗りCを並べて塩、こしょうをし、スタッフドオリーブとピザ用チーズを全体に散らす。

材料	直径24cmのピザ1枚分
A 小麦粉（強力粉）	100g
A 小麦粉（薄力粉）	50g
A 砂糖	10g
A 塩	2g
ドライイースト	2g
B 水	100mL
B オリーブ油	15mL
ピザソース（市販の物）	適量
C 玉ねぎ（薄切り）	75g
C ベーコン（たんざく切り）	50g
C サラミソーセージ（薄切り）	8枚
C ピーマン（輪切り）	2個
C マッシュルーム（缶詰、薄切り）	小1/2缶（約25g）

9. 食品を入れずに **料理** **人気メニュー** **23 ピザ (パン生地)** で予熱する。

10. 予熱終了音が鳴ったら、やけどに注意して、**⑧**を**下段**に入れ、加熱する。

塩、こしょう

各少々

スタッフトオリーブ（薄切り）

4個

ピザ用チーズ

100g

ピザ(パン生地)のコツ

焼き上がったピザを切り分けるときは

キッチンばさみを使うと便利です。

加熱が足りなかったときは

オーブン **予熱無** **190℃** で様子を見ながら焼きます。

冷凍ピザは

市販のピザを参照して焼きます。