

**野菜たっぷりピザ**

*💖材料*

|  |
| --- |
| **生地** |
| 強力粉 | 160ｇ |
| 薄力粉 | 80ｇ |
| 砂糖 | 小さじ1 |
| 塩 | 5ｇ |
| ドライイースト | 4ｇ |
| ぬるま湯 | 140ｇ |
| オリーブオイル | 大さじ1 |

|  |
| --- |
| **🍕ピザソース** |
| おろしニンニク | 小さじ2 |
| オリーブオイル | 大さじ2 |
| トマトピューレ | 大さじ4 |
| 塩 | 6ｇ |
| ドライハーブ | 適宜 |

*💚作り方*

1. 容器の中に、強力粉、砂糖、塩、オリーブオイル、イーストを入れます。
2. ぬるま湯をイーストに向けて注ぎます。
3. 粉と水分をなじませ全体にまとまったら中央に置いて1次発酵。（1時間位）

*🍕ピザソース*

1. 耐熱容器におろしにんにく、オリーブオイルを入れてよく混ぜます。
2. ラップしてレンジで30秒加熱します。
3. トマトピューレと塩、ハーブを加えて混ぜます。
4. ラップしてレンジで30秒加熱し良く混ぜて出来上がり
5. トッピングの材料を用意する。（ベーコン、ピーマン、タマネギ、トマト等）
6. 生地が2倍に膨らんだら台の上に出して空気を抜きます。
7. 生地を2等分して丸め10分ベンチタイム。
8. 生地を丸く整え、生地が丸く丸ように手で伸ばしていきます。
9. 厚さが均一になるように麺棒で25㎝位に伸ばしていきます。
10. 天板にのせ形を整えます。
11. ピザソースを塗り材料をトッピングしていきます。
12. 250℃のオーブンで10分焼きて出来上がり。