



手づくりの生地に旬の上越野菜を彩りよくトッピング 上越野菜ピザ

材料 (2枚分)

ピザ生地	強力粉 …………… 100g
	ドライイースト …………… 小さじ2/3
	砂糖 …………… 小さじ2
	塩 …………… 小さじ1/2
	オリーブオイル…小さじ2
	ジャガイモ …………… 60g
	ぬるま湯 …………… 40cc
上越野菜 …………… 適量	
ピザ用チーズ …… 50g	
ピザソース	オリーブオイル…大さじ2
	おろしニンニク…小さじ1/3
	トマトの水煮… 100g
	塩 …………… 小さじ1/4
	ドライハーブ …… 少々

作り方

- ① ジャガイモは皮付きのままラップし、レンジで2分加熱する。(600Wのレンジ)
- ② ボウルにピザ生地の材料を入れ、ぬるま湯を加えて混ぜ合わせる。
- ③ 全体に混ざったらジャガイモを皮ごと入れ、手で5分ほどこねる。ひとまとめにしてボウルに入れ、ラップして40分～1時間発酵させる。
- ④ ③が2倍に膨らんで、指をさして穴が戻らなければ発酵完了。生地を両手で押して空気を抜き、丸めて5分置く。
- ⑤ ④の生地をめん棒で丸くのばしてピザソースを塗り、トッピングの野菜をのせてピザ用チーズを散らす。250度に熱したオーブンで15分焼く。

[ピザソース] フライパンにオリーブオイルとおろしニンニクを入れて中火にかけ、香りが出たらトマトの水煮と塩を加えて5分ほど煮詰める。水分がなくなってきたらドライハーブを入れて火を止める。