

ピ

ザ

生地をつくる

小さめの器に水、大さじ1を入れ、ドライイーストをふり入れて膨張させておく。

次に、ボウルに米粉ミックス粉、塩、砂糖、オリーブ油を入れて均一に混ぜ込んだ中に、加減をみながらドライイーストと水を加える。

生地をのばす

生地をなめらかになるまでよくこねる。その生地を2等分し、クッキングシートの上で3mmほどの厚さまで棒で丸くのばす。

トッピング

薄くのばした生地にオリーブ油をぬって、トマト、チーズ、バジルを散らす。

フライパンで焼く

フライパンに入れ、フタをして弱火で焦げ目をみながら20分程度焼く。

調理時間 50分程度



<材料(生地)>

米粉	250g
塩	小さじ2分の1
ドライイースト	7g
水(30)	180ml
砂糖	小さじ2分の1
オリーブ油	小さじ1

<トッピング材料>

トマト	適宜
とけるチーズ	80g
バジル	適宜
その他お好みに応じて、	
サラミ	適宜
ピザソース	適宜
ピーマン	適宜
など	

レシピ提供：埼玉県米粉利用食品推進連絡会