

12 缶オーブンでピザづくり

～缶かまどで簡単オーブン～

要：事前体験

主なねらい ◎ 自分たちの力で作り出す喜びを味わう ◎ 野外体験の様々な楽しみ方を知る	適 期	通年
	所要時間	3 時間
	対 象	小学校高学年～
準備物	学校・団体 マッチ、たき付け新聞紙や牛乳パック、金たわし、スポンジ、ゴミ袋 基本セット【食堂注文】 (強力粉 1 k g、砂糖、ドライイースト、塩、マーガリン、具材)	自然の家 炊事セット；班 1、計量カップ、計量スプーン、ピザ用カッター、温め用ボール、のし棒、トレイ 缶オーブン、革手袋、(寒い季節は湯煎用の電気ポット)



※ドライイーストなどは、小袋や箱単位で渡します。
 ※サランラップ、クッキングシート含む



自然の家の貸出用具

1 k g の粉を **生地材料** (一つのボールに入れる分量です)
 3 0 0 g ずつ 強力粉 3 0 0 g (カップ 2 . 5)、砂糖 (小さじ 2)、塩 5 g (小さじ 1)
 3 つのボール ドライイースト 6 g (2袋)、マーガリン 1 5 g (2袋)、水 2 0 0 g、
 に入れ、3 つ **具材** ウィンナー、野菜など、ピザソース、マヨネーズ、ピザ用チーズ
 の生地を作る

【作り方】① 写真の量を目安に量ります



砂糖 小さじ 2
 (お好みで調節も○)



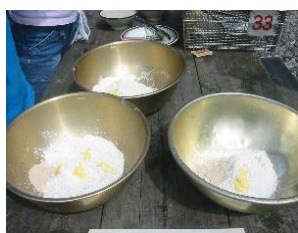
ドライイースト
 (2袋で大さじ 1 弱)



塩 小さじ 1



ボールに、強力粉、マーガリン、砂糖、塩、ドライイーストを入れる。



ボールが 3 つできる。3 つのボールのこね作業を同時に進める。



体重をかけて、手に粉がつかなくなるまでこねる。

②材料をボールにあわせて、こねます。（15分）

- ・ボールに強力粉、ドライイースト、砂糖、塩、マーガリン、水を入れ、手につかなくなるまで、こねます。
- ・粉が100g程あまるので調整用や打ち粉に使用します。

③ボールで生地がまとまったら、まな板(のし台)の上で、生地を縦横両方向にたたみ込むようにしてこねたり、生地をたたきつけたりします。（10分ぐらい100回を目標に）

④生地をこね終わった後、ボールに入れてラップをかけます。（こね上がったかは、生地の中を指でどんだのぼして反対側が透ける程の膜になれば完成。膜が出来なくても、時間が来たら次の行程に移ります。味にそんなに差はできません。）

⑤常温またはお湯（約40度）の入ったボールにボールを浮かべ、約1.5～2倍ぐらいふくれるまで発酵させます。（約20分～30分）



約1.5～2倍にふくらむ。



こぶしで10回ぐらい押さえガス抜きをする。



300gの生地を包丁で2等分にする。



1/2の生地を薄くトレイの大きさに合わせ広く伸ばす。長方形でも丸くてもよい。



トレイにクッキングシートをひき生地をのせる。ピザソースをぬり、広げる。



こんなトレイが全部で6枚できます。



革手袋を使い、予熱した缶オーブンに入れる。



缶オーブンは、トレイが2段に入るようになっている。



缶オーブンの上にも写真のように火を燃やす。缶かまどを上にのせ、火を燃やすのでもよい。



7分ぐらいいたら、下の段のトレイを取り出し、トンゴで生地を持ち上げ、裏がきつね色に焦げ目が付いたら上の段と入れかえる。



おいしそうに仕上がりました。ピザカッターで切って熱いうちに食べよう。

*ふたを外すときや天板を出し入れする時は、軍手の上から革手袋をしてヤケドをしないようにします。

*時間は目安です。焼け具合を確認しながら、進めましょう。

*チョコパンを併せて作られる場合は、別途説明します。