

## ピザ



使用する調理器具

ホームベーカリー  
オーブン

できた製品の糖質・食物繊維含有量

1枚当り

糖質 4.3g  
食物繊維 10.0g

※ピザ生地のための栄養成分です

### 【材料】

パン de スマート ミックス	200g
ドライイースト	5g
スキムミルク	5g
塩	2g
卵	45g
バター	35g
水	200g

(粗塩をご使用になると塩味がまろやかになります。)

(約1個)

(室温に戻しておいて下さい。)

### 【作り方】

- ① ドライイーストをパンケースに入れ、次にミックス、スキムミルク、塩、卵、バター、水を順次加える。(水は、必ず最後に加えて下さい。)
- ② フタをしてスタートボタンを押し、生地コースで生地を作る。  
(イースト容器が付いている機種でも、イーストは直接入れて下さい。)
- ③ 生地を取り出し、6分割する。その後丸めて、固く絞った濡れ布巾をかぶせ、生地を休ませる。(10分間)
- ④ 麺棒等で生地を約16cmの円形に伸ばして天板にのせ、フォーク等で穴をあけた後ピザソースを塗り、醗酵させる。(30~33°C 約20分)
- ⑤ オーブんに予熱をいれる(200°C)。生地にチーズ、ベーコン、ピーマン、玉ねぎ等のお好みの具材を乗せ、オーブンで焼く。(200°C、約13分)