

調理の仕方「ピザ」

- 作り方はいろいろありますが、今回は比較的サクツとした食感の生地を紹介します。

材料 直径20cmの生地 4枚分

水・・・・・・・・・・150ml 強力粉・・・・・・・・・・200g
 薄力粉・・・・・・・・・・80g 塩・・・・・・・・・・小さじ1/4(1.2g)
 オリーブオイル・・大さじ2(24g) ドライイースト・・小さじ1(3g)

トッピングの具

・トマト、・ピーマン、・ベーコン・ツナ、・チーズ、・サラミ、・コーン・マッシュルーム、ソ
 ース・マヨネーズ、・カレー粉・トマトソース

石窯の火起こしをはじめましょう。炊きつけ用の薪に火がついたらどんどん薪を燃やしてください。ピザ用道具の中に温度自動測定器がありますので窯の中の温度が200度程度になるまでばんばん燃やしましょう。（ドラム缶を使用する場合は、ピザを焼く30分前に火おこしをします。）

- ①手を洗って消毒します。消毒スプレーを手に吹きかけて、自然乾燥させてください。
- ②ボールに生地材料を入れて、手でこねます。難しく考えないで一度に全て入れて構いません。はじめは手にくっついて仕方ありませんが、10分くらい生地と格闘してください。
- ③丸く形を整え、ボールに入れラップをかけて30程度発酵させます。パン作りほど厳密でなくてもOKです。
- ④生地の中にたまったガスを抜いて、生地同士がくっつかないように4等分に丸めます。
- ⑤丸めた生地を麺棒で直径約20cmの円にし、フォークを使って穴をあけます。打ち粉をうまく使って生地と麺棒がつかないようにします。
- ⑥アミの上に生地をのせ、表面にソースを厚めにぬります。
- ⑦トッピングの具をのせます。

美味しくするためのコツ

- * 生地を薄くし、フォークで穴をあけること。
 - * 具を乗せすぎないこと。
 - * 生地にアミを押しつけないこと
- ⑧窯の中の炭は奥に寄せアミごと石窯に持って行って焼きます。早ければ5分、遅くても15分で完成です。
 （ドラム缶を使用する場合は、あみ皿にアルミホイルを被せ、被せたアルミホイルの上に材料の一部のオリーブオイルをひき、その上にピザをのせます。銀の棒でドラム缶の中に入れ、確認あなで出来具合を確認してください。5～10分程度で出来上がります。）

調理の仕方「ナン」

- ご存じ、インドの家庭料理です。

材料 6枚分

強力粉・・・・・・・・・・250g ぬるま湯・・・・・・・・・・125ml 塩・・・・・・・・・・小さじ1/2
 サラダ油・・・・・・・・・・大さじ2 はちみつ・・・・・・・・・・大さじ1/2 ヨーグルト(プレーン)・・大さじ2
 ドライイースト・・・・・・・・・・大さじ1/2

- ①手を洗って消毒します。消毒スプレーを手に吹きかけて、自然乾燥させてください。
- ②材料をどんどん加えます。全部です。コツとかありません。
- ③こねます。最初のうちは「話が違ふよー。」と涙してしまうくらい生地が手にくっついてきますが、5～10分くらい格闘すると、観念して離れていきます。
- ④約2倍くらいの大きさになる（発酵して膨らむ）まで、余ったヨーグルトを食べながら1時間程休憩。
- ⑤六等分してからラップをかけて、また10分ほど休憩。次はいよいよ“焼き”です。焼く前に引き伸ばしていきます。「ぞうりむし」みたいな形？薄くした方が良いと思います。
- ⑥ちょっと目を離すと膨らんでいきます。酵母菌の皆様、お疲れ様でした。