

小学生の元気っ子クラブが開催されました！

7月26日(木)、保健福祉センター どんぐりにて、「小学生の元気っ子クラブ」が開催されました！

今回は、ペットボトルを使ってピザ作りに挑戦しました。みんな、楽しみながら上手に作る事ができました！おうちの人とも、ぜひ一緒に作ってみてください(^o^)/



ペットボトルで簡単ピザのレシピ

【材料】(ピザ1枚分)

オリーブオイル	10g
砂糖	小さじ1
ドライイースト	3g
強力粉	110g
塩	小さじ1/2
水	65ml

～好きなトッピング～

ピザソース、ウィンナー、ピーマン、たまねぎ、チーズなど

【作り方】

- ① ペットボトルにオリーブオイルを入れ、内側にまんべんなく広がるように振る。
- ② 砂糖・ドライイースト・水を入れてなじませる。
- ③ 強力粉・塩を入れて、生地がひとまとまりになるまで回しながら振る。
- ④ ペットボトルをおなかの中に入れて、30分から40分程度あたたためて発酵させる。
- ⑤ ふたをあけて、生地を取り出す。
- ⑥ 生地を丸くのばし、フォークでところどころ穴をあける。
- ⑦ トマトソースと具材をお好みでのせ、240℃に予熱しておいたオーブンで10分焼く。

ペットボトルの底の方を使ってふると、生地がまとまりやすいです！

協力しながら、楽しく
作ることができました！



～ピザ生地づくりのポイント～

- ★ペットボトルの全体に、しっかりとオリーブオイルをなじませると、生地がペットボトルの内側につきにくくなります！
- ★ペットボトルに生地がくっついてしまい、水分が足りずまとまらない時には、水を少し足してあげましょう！

みんなで作って食べると、
よりおいしく感じますね♪



～参加してくれたお友だちの感想～

- ◇ 楽しかったし、ピザもすごくおいしかった！
- ◇ おうちでもやってみよう！
- ◇ おうちの人に見せたら、ペットボトルで作ったとは思わないと思う！

またの参加を
お待ちしております♪

