



# ダッチオーブンでピザづくり

## ピザ生地 (中3枚) を作る

〈材料 (1セット)〉

- ・(A) 強力粉 …………… 300g
- ・(A) 塩 …………… 小さじ2
- ・ぬるま湯 (40℃程度) …… 200cc 程度
- ・(A) ドライイースト …… 大きじ1 (7g)
- ・(A) 砂糖 …………… 少々
- ・オリーブオイル …………… 大きじ3

〈作り方〉

1. ボールに、(A) を入れて混ぜる。少しずつぬるま湯を加え、耳たぶくらいの硬さになるまでよくこねる。
2. オリーブオイルを加え、さらにこねる。
3. 生地をボールの中で丸める。
4. 乾燥しないようにラップをかけて暖かい所に置き、一次発酵させる。  
(生地が2倍に膨らむくらいが目安です。)
5. 生地を押してガス抜きをし、再び丸め二次発酵させる。  
(膨らんだらOK。)

※オリーブオイルは、ピザの生地づくりの他にトマトソース作り・生地を焼くときにも使うので少し残しておきます。



3. 生地をボールの中で丸める。

## トマトソースを作る

〈材料 (1セット) 〉

- ・ホールトマト缶 …… 1缶
- ・おろしにんにく …… 少々
- ・オリーブオイル …… 少々 (生地で残ったもの)
- ・玉ねぎ …………… 小1 (大1/2) 半分
- ・塩コショウ …………… 少々

〈作り方〉

1. フライパンでオリーブオイルを熱し、おろしにんにくを炒める。
2. 香りが出たら、みじん切りの玉ねぎをしんなりするまで炒める。
3. ホールトマトをフライパンにあげ、つぶしながら煮込む。
4. 汁気がなくなるまで煮詰める。
5. 塩・コショウで味をととのえる。



3. ホールトマトをつぶしながら煮込む。

## ピザ生地を焼く

〈材料 (具) (1セット)〉

- ・ベーコン …… 60g
- ・玉ねぎ …… 小1 (大1/2) 半分
- ・オリーブオイル …… 少々 (生地で残ったもの)
- ・シーフード …… 150g
- ・チーズ …………… 150g

〈作り方〉

1. 焚火台に炭をおこし、ダッチオーブンを熱しておく。
2. ピザ生地を3等分し、適当な大きさに手で伸ばす。  
オリーブオイルを塗ったアルミホイルに、伸ばしたピザ生地をのせる。  
生地のフチを厚めに残しておく、  
具材が外側に流れ出たりするのを防げます。
3. トマトソースを全体に塗り、  
具 (玉ねぎ・ベーコン・シーフード) と  
チーズをトッピングする。
4. 熱しておいたダッチオーブンの底に網を置き、  
その上にピザをのせる。
5. 蓋にも炭をのせる。  
下火20~30%、上火70~80%ぐらいの割合にして焼くと、  
底が焦げすぎず、表面にきれいな焼き目が付きます。  
約10分で焼き上がります。



5. 蓋にも炭をのせる。

