

子ども料理教室「ピザをつくろう！」手順書

2011年6月17日 あそびの島

1. 日 時：2011年6月26日（日）、10時～12時30分 （ボラは9時集合です）
2. 参加人員：小学生・25名、ボランティア 名、
3. もちもの：エプロン、三角巾
4. メニュー：ミックスピザ、マルガリータ、ねぎベーコン、魚介類
5. 道具：ガスオープン、パイ皿2枚（直径20センチ～30センチ、丸か四角）、包丁、麺棒、のし台
6. 時 程：

	子どもの動き	ボラの動き及び備考
9:00		<ul style="list-style-type: none"> ・集合・手順説明 ・材料を各班に計量 ・調理用具の準備～麺棒、柄付き中鍋、バット、パイ皿 ・ピザ生地を作る～薄力粉（500g）、オリーブオイル（50cc）、塩（8g）、ドライイースト（5g）、水（250cc）、を計量し一気に混ぜ合わせる～表面が滑らかになるまでこねる～ボールに入れラップをかけ、35度で寝かせる（1時間程度）
	会議室集合	
10:00 10分	出席チェック エプロン着用 班分け、今日の流れの説明をきく。	出席チェック、体調はどうか エプロン等確認 班分け、説明
10:10 10分	調理室に移動 手洗い つくり方の説明を聞く	手洗いチェック ボラ紹介 説明（①材料・道具の確認。②安全の為の注意事項、③つくり方を簡単に説明。）
10:30 30分	1. トマトソースづくり （ア）玉ねぎ、にんにくを切る （イ）炒める （ウ）ホールトマトを入れ、煮る （エ）出来上がったらバットに移し、冷ます	調理活動の支援 <ul style="list-style-type: none"> ・オーブンを最大温度の250度で予熱開始する。（オーブン皿・2枚は外へ出しておくこと） ・包丁の使い方、要注意。 ・ガスコンロを使用する際は、火傷に注意を促す。 ・パイ皿はオーブン皿で代用する。
11:00 30分	2. トッピング材料を切る 3. 発酵した生地を4等分する。 4. <u>生地を伸ばし、オーブン皿に広げる</u> 5. <u>次に ①オリーブオイル、②トマトソース、③トッピング、④チーズの順番で乗せる。</u>	
11:30 30分	6. オーブンで250度（最大）10分焼く。 7. 並行して、調理台をかたづける。 8. 焼けたら6等分し、盛り付ける。 9. 飲み物の用意	<ul style="list-style-type: none"> ・2枚ずつ、2回に分けて焼く。 ・一人・中皿2枚準備 ・コップの準備、 ・椅子の準備
12:00 30分	・試食。 ・班毎に感想を発表す	・一緒に会食
12:30	片付け	片付けの声かけ 終わった班から解散
13:00	料理教室終了	忘れ物に注意

ピザ生地	1班6名 4枚分	30名分 20枚
薄力粉 (g)	500g	2500g
オリーブオイル (cc)	50cc	250cc
塩 (g)	8g	40g
ドライイースト (g)	5g	25g
水 (cc)	250cc	1250cc

トッピング		
ミックスピザ	1班6名 4枚分	30名分 20枚
ベーコン (枚)	2枚	10枚
玉葱 (コ)	0.25個	1.25個
ピーマン (コ)	1個	5個
マッシュルーム (p)	0.25p	1.25p
マルガリータ		
トマト (コ)	1個	5個
バジル (枚)	10枚	50枚
オレガノ	適当	
ねぎベーコン		
ベーコン (枚)	2枚	10枚
長ネギ (本)	0.5本	2.5本
魚介類		
魚介類冷凍パック (p)	0.25p	1.25p
ブラックオリーブ (個)	5個	25個
モッツアレラチーズ (g)	500g	2500g
トマトソース		
ホールトマト缶 (500g)	1缶	5缶
玉ねぎ (個)	0.5個	2.5個
ローリエ (枚)	1枚	5枚
にんにく (かけ)	1片	5片

p : パック

<生地作り方>	
1、薄力粉、塩、ドライイースト、水、オリーブオイルを計量して、一気に混ぜ合わせる	
2、生地の表面が滑らかになるまでこねる。	
3、ボールに入れ、乾燥しないようにラップをし、35度前後で1時間程度寝かせる(発酵) ※電子レンジの「発酵」を使用すると速い。	
4、発酵後、空気抜きの為、再度こねる。	
5、分量の枚数に切り分ける。	
6、台の上に打ち粉をして、丸くまとめた生地を手のひらで押してからめん棒で直径25cmの円形にのばします。	
7、ピザ型や鉄板にオリーブオイルを塗り、生地を乗せ、更に生地の表面にもオリーブオイルをまんべんなく塗る。	
8、トマトソース、トッピングのグ、チーズの順に乗せ、270度のオーブンで8~10分焼く。	