

子ども料理教室「ピザをつくろう！」手順書

2017年6月25日 あそびの島

1. 日 時：2017年6月25日（日）、9時集合
2. 参加人員：小学生：20名、ボランティア：3名（吉弘・永田・松本）
3. もちもの：エプロン、三角巾
4. メニュー：3種類のピザをつくる（ミックスピザ、マルガリータ、コーン）
5. 道具：ガスオープン、オープン皿2枚、ボール、バット、包丁、麺棒、のし台
6. スケジュール：

	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～①薄力粉、②オリーブオイル、③塩、④ドライイースト、⑤水、を計量⇒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、ラップで蓋をする、35度で寝かせる（1時間程度）
	会議室集合、エプロン、三角巾着用	班分け
10:00 10分	出席チェック	出席チェック、体調はどうか エプロン等確認
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、④準備運動）
10:30 30分	1. トマトソースづくり (ア) 玉ねぎ、にんにくをみじん切り (イ) 炒める⇒きつね色になるまで (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	<p>[ホールトマト缶詰の空け方] ⇒菜箸をプルトップに差し込んで、テコとして使うこと⇒ケガに注意</p> <p>[調理活動の支援]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・包丁の使い方、要注意。 ・1・2年生は個別に指導する。初めて包丁を使う子は、特に注意が必要。少しでも包丁を使う体験ができればOKとする。
11:00 30分	2. トッピング材料を切る（ミックスピザ・マルガリータ・コーンの3種類） 3. 発酵した生地とりだし、1度こねて空気を出し、3等分し麺棒で平たく伸ばす。 4. オープン皿にクッキングシートを敷く 5. 伸ばした生地をクッキングシート上いっぱい広げる 6. 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。	<ul style="list-style-type: none"> ・ガスコンロを使用する際は、火傷に注意を促す。 ・オーブンを最大温度の250度で予熱開始する。（オープン皿・2枚は外へ出しておくこと） ・オーブンは2回に分けて焼く。（1回目2枚使用、2回目1枚使用） ・クッキングシートは、オープン皿より少し大きめに切って敷く、チーズがシート外にこぼれないように注意！
11:30 30分	7. オープンで250度（最大）10分焼く。 8. 並行して、調理台をかたづける。 9. 焼けたら6等分し、盛り付ける。 10. 飲み物の用意	<ul style="list-style-type: none"> ・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る	・一緒に会食
12:30	片付け	終わった班から解散
13:00	料理教室終了	忘れ物に注意

「ピザをつくろう！」材料表

2017/06/25 あそびの島

項目	項番	材料名	必要量		備考
			1班分	4班合計	
ピザ生地 (1班3枚)	1	薄力粉 (g)	400g	1.6Kg	
	2	オリーブオイル (cc)	40cc		(注)
	3	塩 (g)	6g	24g	
	4	ドライイースト (g)	4g	16g	
	5	水 (cc)	200cc		
ミックスピザ	6	ベーコン (枚)	2枚	8枚	*1
	7	玉ねぎ (個)	1/4個	1個	*2
	8	ピーマン (個)	1個	4個	
	9	マッシュルーム (個)	1/4個	1個	
マルガリータ	10	トマト (個)	1個	4個	
	11	バジル (枚)	10枚	40枚	*3
	12	オレガノ	適量	適量	
コーン	13	ベーコン (枚)	2枚	8枚	*1 計16枚
	14	コーン	50g	200g	
	15	玉ねぎ	1/4個	1個	*2
	16	エリンギ	1/2本	2本	
	17	バジル	5枚	20枚	*3 計60枚
トマトソース	18	ホールトマト (缶)	400g	1.6Kg	
	19	玉ねぎ (個)	1/2個	2個	*2 計4個
	20	ローリエ (枚)	1枚	4枚	
	21	にんにく (片)	1片	4片	
共通	22	ピザ用チーズ (g)	300g	1.2kg	3枚に分ける
	23	オリーブオイル (cc)	40cc		オープン皿と生地 にぬる
	24	飲み物		人数分	
	25	クッキングシート	4枚	1本	オープン皿の大き さ

(注) オリーブオイルの必要量は項番2と項番23の合計で、320ccです。