

子ども料理教室「ピザをつくろう！」手順書

2011年7月16日 あそびの島

1. 日 時：2011年7月31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・20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～①薄力粉（500g）、②オリーブオイル（50cc）、③塩（8g）、④ドライイースト（5g）、⑤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）
	2フロビー集合、エプロン、三角巾着用	班分け
10:00 10分	出席チェック 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
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（1・2年生は個別に指導する）。 ・ガスコンロを使用する際は、火傷に注意を促す。 ・パイ皿はオープン皿で代用する。
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、オープン皿に広げる</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. オープンで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	購入 4班分
薄力粉 (g)	500g	2000g
オリーブオイル (cc)	50cc	200cc
塩 (g)	8g	32g
ドライイースト (g)	5g	20g
水 (cc)	250cc	1000cc

トッピング	1班6名 4枚分	購入 4班分
ミックスピザ	****	****
ベーコン (枚)	2枚	8枚
玉葱 (コ)	0.25個	1個
ピーマン (コ)	1個	4個
マッシュルーム (p)	0.25p	1p
マルガリータ	****	****
トマト (コ)	1個	4個
バジル (枚)	10枚	40枚
オレガノ (GABAN50g)	適当	1本
ねぎベーコン	****	****
ベーコン (枚)	2枚	8枚
長ネギ (本)	0.5本	2本
魚介類	****	****
魚介類冷凍パック (p)	0.25p	1p
ブラックオリーブ (個)	5個	20個
トッピング全体	****	****
モッツアレラチーズ (g)	500g	2000g
オリーブオイル(cc)	40cc	160cc

トマトソース	1班6名 4枚分	購入 4班分
ホールトマト缶 (500g)	1缶	4缶
玉ねぎ (個)	0.5個	2個
ローリエ (枚)	1枚	4枚
にんにく (かけ)	1片	4片

(注) p : パック

＜生地の作り方＞	
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、250度のオーブンで8~10分焼く。	