

第6回あいづ野菜わが家の味自慢コンテスト
米粉の部 優秀賞
作品名：米粉ピザ

材料

- ①米粉…200g
- ②強力粉・薄力粉…各50g
- ③塩…6g
- ④砂糖…5g
- ⑤オリーブオイル…15g
- ⑥水…200g
- ⑦イースト…6g
- ⑧スキムミルク…15g
- ⑨トマトソース用（ トマト…2個、塩…小さじ2、にんにく…少々、バター…少々）
- ⑩玉ねぎ、ピーマン、コーン、チーズなどのトッピング用の好みの具材

調理
方法

- ①ピザ生地の材料を全部入れて混ぜ合わせてたたき、発酵させ、生地を好みの大きさにのばして、焼く。
（250℃のオーブンで5～7分くらい）
- ②トマト・塩・にんにくを鍋で煮つめてトマトソースを作る。
- ③①のピザ生地にトマトソース、トッピング野菜、チーズを乗せて、オーブンで7～10分焼く。



☆完成品☆

