

米粉ピザ



★材料 (4人分 18 cm×2枚)

米粉……………100g
片栗粉……………100g
ベーキングパウダー……………5g
水……………110cc
塩……………小さじ1
砂糖……………小さじ1
米油 or オリーブ油……………大さじ1
ピザソース or ケチャップ……………お好み
ピザ用チーズ……………適量

【お好みの具材】(家にあるもの)
玉ねぎ・ピーマン・トマト・ツナ缶
ハム・ゆで卵
など

★作り方

- ①米粉、片栗粉、ベーキングパウダー、塩、砂糖をボウルに入れて混ぜ合わせ、米油と水を入れる。
※水は様子を見ながら少しずつ入れる
- ②手でよくこねる。(耳たぶぐらいの固さが目安)生地を半分に分ける。
- ③フライパンの大きさぐらいに生地を伸ばし、火にかける前に油を敷いたフライパンに生地をのせ、ケチャップを伸ばし、お好みの具材をトッピングする。
- ④蓋をして中火で約 10 分加熱する。チーズが溶けたら火を止める。