

enjoy wine, enjoy life

# TOKYO WINE PARTY

ワイン飲みつつ料理教室8月メニュー

◆生ハムとフレッシュチーズの手作りピザ

◆スペイン風オムレツ

◆カラフルサラダ

# 生ハムとフレッシュチーズのピザ

## 材料 (2枚分)

### 【ピザ生地】

★強力粉 200g

★砂糖 小さじ2

★ドライイースト 小さじ1

★塩 小さじ3/4

ぬるま湯 125cc

オリーブオイル 大さじ2

ピザソース (市販のもの) 80g

生ハム お好みの量

チーズ (フレッシュタイプ) 150~200g

ベビーリーフ 1袋 (洗っておく)

黒こしょう 適量

オリーブオイル 適量 (焼成用)

## 作り方

1. ボウルに★印を入れ (イーストは砂糖の隣に置き、塩の近くには置かないようにする)、ぬるま湯をイーストめがけて加え、混ぜる
2. オリーブオイル(大さじ2)を加え、粉っぽさがなくなったら台に出し、生地の色が均一で表面がなめらかになるまでこねる
3. 生地を丸め、とじ目を下にしてボウルに入れラップをかけ暖かいところに30~40分置いて発酵させる→生地が1.5~2倍の大きさになるまで  
※あればオーブンの発酵機能を使って40°Cで30分が望ましいが、夏場は部屋の中でも発酵可能
4. 人差し指で生地をやさしく押して跡が戻ってこなかったらOK、グーの手でやさしく生地を押し、ガス抜きをして再び丸めラップをかけて5~10分休ませる(ベンチタイム)
5. 生地がやわらかくなったら麺棒で丸型に伸ばし、オリーブオイル小さじ2を入れたフライパン (冷たい状態でOK) に乗せる
6. ⑤にピザソースを塗り、ふたをせずに3~4分中火で焼く  
底の焼き色がついたらフタをして弱めの中火で5分加熱する
7. ⑥をお皿に出し、チーズ、ベビーリーフ、生ハムの順にバランスよく乗せ、最後に黒こしょうをかけて完成
8. もう1つの生地を同じように焼成する

# スペインオムレツ

## 材料 (2人分)

- ・ ジャガイモ：1/2個
- ・ ほうれん草：3本
- ・ ベーコン：1枚
- ・ 卵：4つ
- ・ マヨネーズ：小さじ1
- ・ バター：10g
- ・ 塩・コショウ：適宜

## 作り方

- ①じゃがいもは2～3mmの角切り、ほうれん草は4cm幅、ベーコンは5mm幅に切る
- ②フライパンに油を熱し、ベーコン、じゃがいも、ほうれん草の順に炒め塩コショウを振り下味をつける。一旦お皿に取り出し、粗熱を取る。
- ③卵をボウルに割りほぐし、塩・白コショウ・②の具材・マヨネーズを入れて合わせる。
- ④フライパンにバターを入れ中火にし溶かして温めたら、③を流し、中火のまま全体が半熟になるまでゆっくりかき混ぜる
- ⑤フライパンを傾けてゴムベラを使って半分に折り、形が安定するまで弱火でじっくり焼く

## 👉ポイント

マヨネーズを入れることでふんわり仕上がる。

## 夏野菜のジュレサラダ

### 材料 (2人分)

お水 100cc

コンソメ 小さじ1/4

ゼラチン (戻さないタイプ)

きゅうりまたはズッキーニ 1/2本

パプリカ (赤・黄) 各1/2個

プチトマト 4~5個

オリーブオイル 大さじ1

塩・こしょう 適量

お好みのドレッシング 小さじ2~

1. 鍋に100ccの水とコンソメを入れて火にかけ、ふつふつしてきたら火を止めてゼラチンを振り入れ、混ぜ溶かす
2. ①をバットに流し、冷やし固める
3. きゅうり (またはズッキーニ) は1cmくらいの角切りにし、塩少々振って余計な水分を出す  
👉 きゅうりやズッキーニは塩を振って余計な水分を出しておくことで、その後和えたときに味が薄まるのを防ぎます
4. パプリカ・トマトも同様に1cmくらいの角切りにし、③と合わせる
5. 冷やし固めた②をフォークで削り、④に合わせ、オリーブオイルと黒こしょうを加え、全体が均一になるように和える
6. 器に盛り、お好みのドレッシングをかけて完成