

パワーアップ研修

～楽しい集いの作り方～ 「楽しく美味しく料理に挑戦」

みんなで仲良くピザ料理

材 料	作 り 方
<p>ピザ(1枚)</p> <p>強力粉 1・1/4カップ ドライイースト 小さじ 1 塩 1つまみ 砂糖 小さじ 2 オリーブ油 大さじ 2/3 45℃位のぬるま湯 90ml</p> <p>具材 { ピザソース たまねぎ ソーセージ ピーマン チーズ</p>	<p>① イースト 塩 砂糖 強力粉</p> <p>② 生地をこねる</p> <p>③ クッキングシート上におぼす</p> <p>④ 具をのせる</p> <p>⑤ オーブンで220℃ 15分焼く!!</p>
<p>クラムチャウダー(5人分)</p> <p>あさりの水煮缶 250g ベーコン 1枚 たまねぎ 100g じゃがいも 125g にんじん 50g サラダ油 25ml 小麦粉 30g スープ 500ml 牛乳 500ml 塩 4g こしょう 少量 クリーム 60ml</p>	<p>① ベーコン たまねぎ じゃがいも にんじん</p> <p>② 油→ベーコン→たまねぎ→小麦粉</p> <p>③ スープ</p> <p>④ じゃがいも にんじん</p> <p>⑤ あさりの水煮 牛乳 塩コショウ</p> <p>⑥ 鍋にクリームを入れる</p>
<p>アガープリン(5人分)</p> <p>アガー 5g 砂糖 50g</p> <p>牛乳 300cc 卵 1個 生クリーム 100cc カaramelソース { 砂糖 30g 水(のぼしの水30ml) 20ml</p> <p>※ 常温で固まるが、今回は冷蔵庫で冷やす。</p>	<p>混ぜておく</p> <p>① 卵 牛乳</p> <p>②</p> <p>③ アガー 砂糖 混ぜておく!</p> <p>④ 鍋のまわりがフツフツしたら火を止める。生クリームとバニラエッセンスを入れてよく混ぜる。</p> <p>⑤</p> <p>バットに氷水を入れておき熱を取る</p>