

クリスマス会

2025.12.21(日)



写真はイメージです

材料（直径20cm2枚分）

<生地>

強力粉...80g

薄力粉...80g

ドライイースト...小さじ1

砂糖...小さじ1

塩...小さじ1/2

水...85ml

オリーブ油...小さじ1

たまねぎ（小）...1/2コ

粗びきウインナー...4本

ミニトマト...6コ

ピーマン...1~2コ

スイートコーン...大さじ3

<ソース>

ケチャップ...大さじ4

ウスターソース...小さじ1/2

バジル（ドライ）...小さじ1

ミックスチーズ...1袋（130g）

オーブンシート...30cm角2枚



材料（4~6人分）

キウイフルーツ...1コ

りんご...1/2コ

いちご...1/2パック

パイナップル...100g

シードレス（種なし）...1パック

レモン汁...大さじ1

サイダー...500ml

カラフルピザ コープCooking

- 〈生地〉の材料をボウルに入れて混ぜ、台の上でしっかりとこねる。2つに丸めてボウルに入れラップをして1.5倍にふくらむまで発酵させる。
- たまねぎは薄切り、ウインナーは斜め薄切り、ミニトマトは半分、ピーマンは輪切りにする。
- (1)をオーブンシートの上でめん棒でのばしてフォークでつく（2枚）。
- 〈ソース〉を塗り、(2)の具とスイートコーンをのせる。
- チーズを散らし、200℃に予熱したオーブンで10~12分焼く。



クリスマスパンチ コープCooking



写真はイメージです

- キウイ・りんごはいちょう切りにする。いちごは半分に、パイナップルはひと口大に切る。
※型があれば、一部を星型に抜く。

- 器にフルーツを入れ、レモン汁をふり、サイダーを注ぐ。

食で健康づくり

果物は、1日200gを目指しましょう。季節に合わせて、旬の果物でつくりましょう。500mlのサイダーに対し、果物約500gが分量の目安となります。

※商品名や商品の仕様はレシピ作成時の情報で、変更となる場合がございます。

コープこうべ第1地区本部



作り方

【材料】●2枚分(直径26cmのフライパン使用)

- 本品 1袋
- 水 1/2カップ(100mL)

【トッピング1枚分】

- ・ピザソース: 大さじ3杯
- ・ピザ用チーズ: 50g
- ・お好みの具材

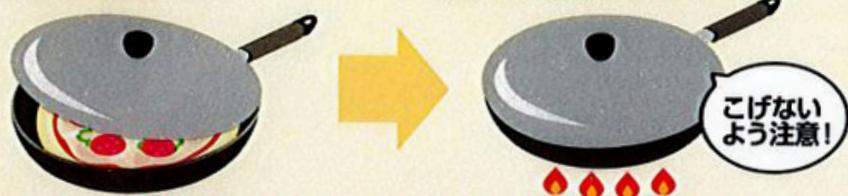


※火の通りにくい具材や冷凍具材は
あらかじめ加熱し使用してください。

- ①ボウルに、水、ミックスを入れ
へらなどで少しまとまるまで
混ぜてから、約1分こねます。
- ②生地を2等分して丸めラップ
をかけ、5分程度ねかせます。
- ③フライパンの底面に広げるよ
うに、生地をのばします。
(厚さ5mmが目安)



- ④ピザソースをぬり、お好みの
具材、チーズをトッピングし
てフタをします。
- ⑤弱火で7~10分焼き、底面に
軽く焼き色がつき、チーズが
溶けたら出来上がり。



オーブントースター
でも焼けます！



*こねてもべたつく場合は小麦粉を少量加えてください。まとまらない場合は水を小さじ1加えてください。*フタがない場合は、アルミホイルをかぶせて焼いてください。*フッ素樹脂加工以外のフライパンで調理する場合は、薄く油をひいてください。*2枚目以降を作る場合は、フライパンを冷ましてからご使用ください。*調理の際はやけどにご注意ください。