

ナポリピッツアの作り方（生地作り～焼成前まで）

① 生地の作り方

ピッツァ用ドライイーストを使用した簡単な生地の作り方です。生地の作り方は様々です。あくまでも一例としてご活用ください。



<材料> 約28cm 10枚分（1枚当たり180g）

	A) 翌日以降に焼成する場合の生地 ⇒冷蔵発酵法		B) 当日に焼成する場合の生地 ⇒ストレート法	
	重量 (g)	ベーカーズパーセント (%)	重量 (g)	ベーカーズパーセント (%)
強力粉	1200	100	1200	100
ドライイースト	1.2	0.1	4.2	0.35
塩	20.4~26.4	1.7~2.2	20.4~26.4	1.7~2.2
水	720~	60~	756~	63~

※**ベーカーズパーセント**…粉の総重量を100%として、その他の食材を**粉の総重量に対する割合**
※塩や水の量は生地に合わせて調節する

<手順>

	A) 冷蔵発酵法		B) ストレート法
1. ミキシング	ミキサーに材料を入れ、ミキシングする。 設定の目安：低速 - 20~25分	1. ミキシング	ミキサーに材料を入れ、ミキシングする。 設定の目安：低速 - 20~25分
2. 分割・丸め	好みの大きさに分割し、丸める。	2. 一次発酵	常温で発酵させる。
3. 冷蔵発酵	番重に生地を並べ、冷蔵庫で12~24時間発酵させる。	3. 分割・丸め	好みの大きさに分割し、丸める。
		4. 常温発酵	番重に生地を並べ、濡れ布巾をかけて常温で1~3時間発酵させる。

POINT

● 分割・丸め



表面を張らせるように丸める

● 発酵



間隔をあけて並べる

● 発酵の見極め



表面がなめらかになっていれば良い

● 生地重量と生地直径の目安

- ・ 130~160g → Φ20cm
- ・ 160~180g → Φ25cm
- ・ 180~200g → Φ28cm
- ・ 200~220g → Φ30cm

② 生地の伸ばし方

1. 生地に打ち粉をし、番重から取り出し、打ち粉をした台にのせる。
2. 指の腹を使い、空気を抜くように生地を中心から外側に向かって押し伸ばし、裏返して同様の作業をし、さらに裏返す。
3. 生地を手で広げながら伸ばす。
4. オイルスプレーをしたピザスクリーンの上へのせ、形を整える。



③ 焼成について

各レシピをご参照ください。