

TSUBAME'sキッチン

手作りピザ

お子様と一緒に手作りピザはいかがですか？  
今回は2種類のトッピングをご紹介します。お好みの  
具材をのせてお楽しみください。

材料(2枚)

- 強力粉 250g
- 薄力粉 50g
- ドライイースト 小さじ1
- 塩 小さじ1
- ぬるま湯 200cc
- オリーブオイル 大さじ2

[トッピングA]

- ★カットトマト缶 50g
- ★塩 小さじ1/4
- ★コショウ 少々
- 玉ねぎ(薄切り) 1/6こ
- ベーコン(薄切り) 2枚
- パイン缶 1枚
- ミニトマト 2こ
- ピザ用チーズ 70g

[トッピングB]

- マヨネーズ 大さじ2
- ツナ 35g
- コーン 70g
- 玉ねぎ(粗みじん) 1/6こ
- ピザ用チーズ 70g



作り方

- 生地の材料をすべてボウルにいれ混ぜ合わせるのばしたり、叩いたりしてひとまとめにする(約10分)
- ぬるま湯で湯煎しながら、一次発酵(約1時間)
- 生地をガス抜きし、2等分にしたら丸める
- 麺棒を使って円形に伸ばし、オープンペーパーにのせる
- 乾燥しないように濡れ布巾をかぶせ、二次発酵(10分)
- 生地をもう一度成形し、縁の立ち上がり部分を作る
- [トッピングA] ★を混ぜてトマトソースとしてぬり、その他の具材も食べやすい大きさに切つてのせる。最後にチーズをのせる
- [トッピングB] チーズ以外の材料をまぜ、生地に塗る。最後にチーズをのせる
- 250度に予熱したガスオーブンで約10分焼く
- お好みで[A]には水菜を、[B]にはパセリを散らす



甘酢玉ねぎ

ドレッシング代わりにサラダにのせれば、ノンオイルでとってもヘルシー!ちょっとした箸休めにもさっぱりおいしい。常備菜として、冷蔵庫で1週間ほど保存可能です。

レシピは動画でチェック!

つばめTV! お料理動画を毎月更新中! チャンネル登録はこちら→



タテのカギ

- 結びつき。関係があること
- 「否」の読み方—同意しないこと
- 花のおしべの先で作られる細かい粉
- 感染症の予防に用いられる抗原の総称
- 催し物、行事
- 2両以上の鉄道用の車両が連結されたもの
- 税金・商品などを納める期日
- 空気中の4/5を占めている気体
- 胡蝶〇〇—お祝いなどに贈られる
- 穀物や酒などの量をはかる木製の器
- 手に持てるくらいの細長いもの

クロスワードパズル

1	2		3		4	5
			6	7		
8		9		10		A
	11					
12				13	14	
15	16		17		18	19
20			21			B

ヨコのカギ

- 樹々や竹を切り倒すこと
- 体や物の身を包む膜
- 薬を飲むこと
- 水や物、時間などが動く様子
- 駅・公園などに備えてある細長い椅子
- 計画を立てること。企画
- 陸地、地面
- 建物の裏手にある山
- 口が小さく、胴の部分が膨らんでいる入れ物
- 輝きをもった重く、高価な金属
- 水生生物を飼育するための容器

今月のプレゼント

正解者の中から抽選で30名様へ

手のひらサイズに収納! ポーチinバッグ



応募方法

7/5 締切 消印有効

はがき応募

請求書に記載のお客様番号(8ケタの数字)ご住所、お名前、お電話番号、クロスワードの答え(ABC...の順で並べてください)、ご意見・ご感想をご記入の上、下記までお送りください。〒702-8021岡山市南区福田174さい。 つばめガス(株)「りんご編集室」

ウェブ応募

QRコード先のフォームからお送りください



前回の答え

フ	ス	マ	ケ	テ
イ	テ	ン	サイ	
ヤ	ス	ア	ガ	リ
サ	イ	ミ	ド	イ
ツ	テ	ド	イ	ツ
ツ	ソ	ウ	ニ	
チ	リ	ヨ	ウ	チ

つゆいり



ガスについてのご相談はもちろん、不動産、リフォーム、保険、電気、インターネットなど暮らしのお悩みは何でも、お気軽にご相談ください!

本社 ☎086-263-6666 〒702-8021 岡山市南区福田 174

倉敷支社 ☎086-465-7711 〒710-0803 倉敷市中島 1397-1

福山支店 ☎084-946-6611 〒721-0942 福山市引野町 4-22-34

岡山・広島で“1社”の広域ゴールド保安認定事業者



WEB請求明細 サービスがお得!

ガス料金から毎月55円引

LINEでログイン

郵送よりスピーディー

プリントアウト対応

ホームページからお申込みください!

つばめガス WEB明細



ご案内ページへ続くQRコード

※口座振替およびカード決済のお客様対象 ※「りんご新聞」は郵送されなくなります。HPよりご覧下さい ※info@tsubame-service.jpからのメールを受信できるよう設定をお願いいたします。