

PAN DE PIZZA

パンデピザでつくる

簡単

おもしろレシピ

食パンでなくてもピザ生地にしちゃうよ

親子でコネコネしよ

販売・レシピ製作

ケイワイ・プランニング

〒141-0001

東京都品川区北品川5丁目5-15

大崎ブライトコア4F SHIP

TEL:03-4405-9731

<https://www.kyplanning.com/>

おもしろレシピ作り方のコツ

パンデピザは直径18cmなのでオーブントースターを使って簡単にお料理ができます。食パン以外の食材でもピザ生地にする事ができ、市販のクッキングシートを使えば、複数の生地を続けて作れ洗い物も楽になります。取り扱い説明書、外箱裏の使い方と併せてお読みください。

1. 生地は作りはクッキングシートを上下に敷いて

- ①台の上にシリコンシートをのせる
- ②クッキングシート（縦30cm x 横30cm）をカットしてシリコンシートの上にかぶせる
- ③クッキングシートの生地部分に油を薄くぬる ※サラダ油・ごま油・バター等
- ④クッキングシートの上に生地材料（ごはん等）をのせる
- ⑤更にクッキングシートを②サイズにカットし③の油処理をして生地材料にかぶせる
- ⑥クッキングシートの上から手で押して材料をまんべんなく広げる
- ⑦フタの裏に付属の半透明シートをセットし、クッキングシートの上からかぶせる
- ⑧上から押しながら左右に30回程度まわす（厚さが均一になるように見ながらまわす）
- ⑨はじからハミ出た生地は中に入れて、フタを再度数回まわす
- ⑩上のクッキングシートを取りはずす



2. オーブントースターは必ず天板を使う

- ①1. でできあがった生地を、下に敷いたクッキングシートごと天板にのせる
- ②上のクッキングシートを取りはずしている事を確認 ※シートが燃えるキケンがあります
- ③敷いたクッキングシートが天板から大きくはみ出る場合、ハサミでカットする
- ④調理中にソースや具材をのせる時は天板ごと取り出す



3. カットは小さめ・盛り付け前に

- ・ごはん生地など大きくカットすると持ち上げた時に生地がぐずれやすくなります。1/8～1/6程度のサイズにカットするのがオススメです。※もんじゃ用ヘラを使うと食べやすい
- ・加熱後の盛り付けで、ヘラに具材が付着しやすい海苔や、形がぐずれやすいトマト等は、生地をカットした後に盛り付けましょう。

ケーキ風ちらし寿司

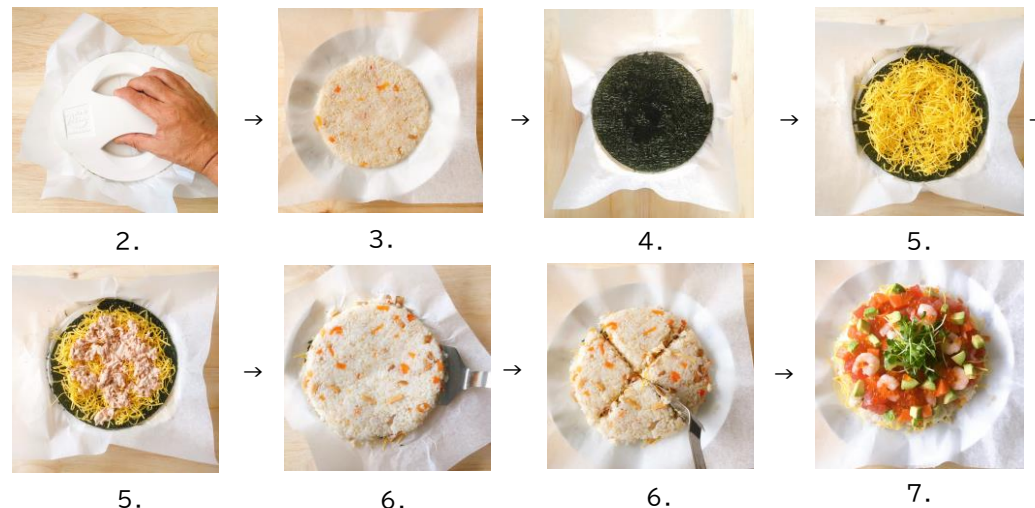


主な材料（約2～3人前）

ごはん	1.5合
ちらし寿司の素	適量
まぐろ、サーモン	各約80g
イクラ	20～30g
ボイルむきエビ・アボカド	適量
錦糸卵	40g
ツナ缶・マヨネーズ（適量）	1缶
板海苔、お好みの薬味（かいわれ、刻み海苔、大葉千切り等）	適量

作り方

1. ご飯1.5合とちらし寿司の素1袋（適量）を冷ましながら切るようにして混ぜ酢飯をつくる
2. パンデピザに上記1. の酢飯の半量をのせて生地にする ※作り方のコツ1. 参照、油処理は不要
3. 生地にした酢飯は皿に移しケーキの下段とする
4. 板海苔を間に挟む場合、パンデピザに敷いて円形にカット ※板海苔を挟むと後でカットしにくくなります。ご注意ください。
5. 錦糸卵の約3分の2（28g）をまんべんなく敷き、ツナ・マヨを作ってその上に敷く ※板海苔を挟まない場合、3. の下段に直接敷いてください。
6. 残りの酢飯をのせて再度生地にし、フライ返しで3. の上段にのせる ※ここでカットしておくとも具材を崩さずに取り分けがし易い
7. 6. に残りの錦糸卵を敷いて、サイコロ状にカットしたまぐろ・サーモン、イクラ・エビ・アボカド、お好み薬味、の順にちらす



ローカーボ肉ピザ



主な材料 (約2人前)

豚肉もも切り落とし	200~250g
塩・こしょう・小麦粉	適量
とろけるチーズ	30~40g
ピザソース	適量
玉ねぎ (スライス)	約1/4個
プチトマト (スライス)	3~4個分
トッピング: ピーマン・アスパラ・マッシュルーム (スライス)	適量

作り方

1. 豚肉に塩こしょうをふり、小麦粉をまんべんなくまぶす
2. パンデピザに1. の2/3を並べ生地にする
※作り方のコツ1. 参照 ※上下のクッキングシートにはサラダ油をぬる
3. 2. 生地中央部にチーズの約1/2を並べ、その上に豚肉の残り1/3を並べ再度生地にする
※作り方のコツ1. 参照
4. 3. の生地をオーブントースターで加熱 (230℃ 約7~8分) ※作り方のコツ2. 参照
5. 4. を取り出しピザソースをまんべんなく塗り、玉ねぎ・プチトマト・トッピング具材を並べ、再度加熱 (230℃ 約7~8分) ※良く焼きたい具材は先に温めると良い
6. 5. を取り出しチーズの残り約1/2をふりかけ再度加熱 (200℃ 約3分)



タコライスピザ



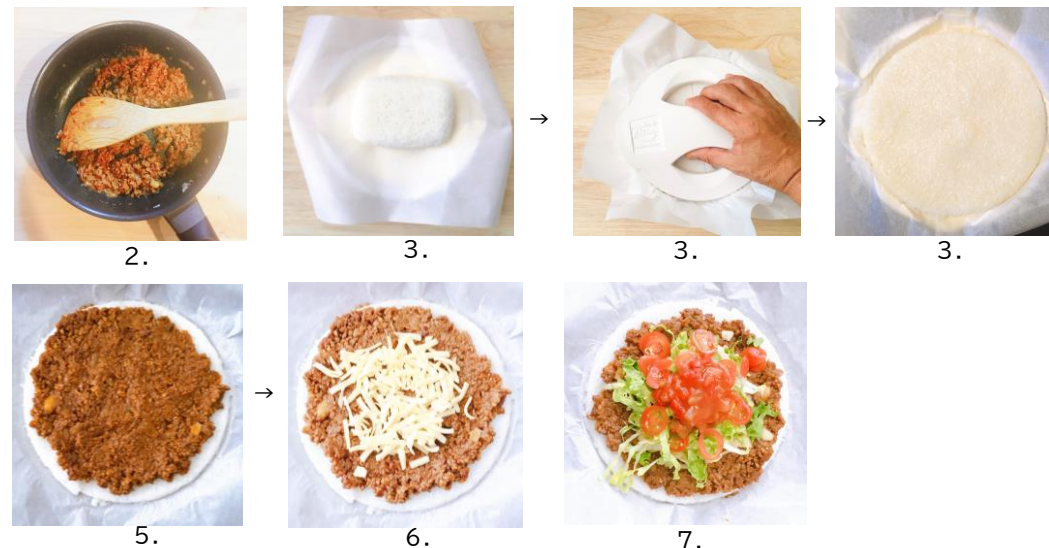
主な材料 (約2人前)

ごはん (あたためたもの)	200~250g
玉ねぎ (みじん切り)	80g (約1/2個)
牛豚合いびき	80g
タコライスソース※	1ブロック (約20g)
とろけるチーズ	約20g
レタス (千切り)	1~2枚
プチトマト (スライス)	3~4個
サルサソース※	適量

作り方

※市販ソースを使ったレシピです。

1. フライパンにサラダ油を熱し玉ねぎがしんなりするまで炒め、ひき肉を加え火が通るまで炒める
2. 水約30mlを1. に入れ沸騰したら火を止めて、タコライスソースを加えルーがとけるまで混ぜ、中火にかけて約2分かき混ぜながら加熱する
3. パンデピザに温めたごはんをのせて生地にする
※作り方のコツ1. 参照 ※クッキングシート上下にはサラダ油をぬる
4. 3. の生地をオーブントースターで加熱 (200℃ 約15分) ※作り方のコツ2. 参照
5. 4. を取り出し2. の具材をまんべんなくぬり再度加熱 (約200℃ 約5分)
6. 5. を取り出しチーズをふりかけて再度加熱 (約200℃ 約3分)
7. 6. の生地を取り出しカットしてからトマト、レタス、サルサソースを盛り付け
※作り方のコツ3. 参照



じゃがモチピザ

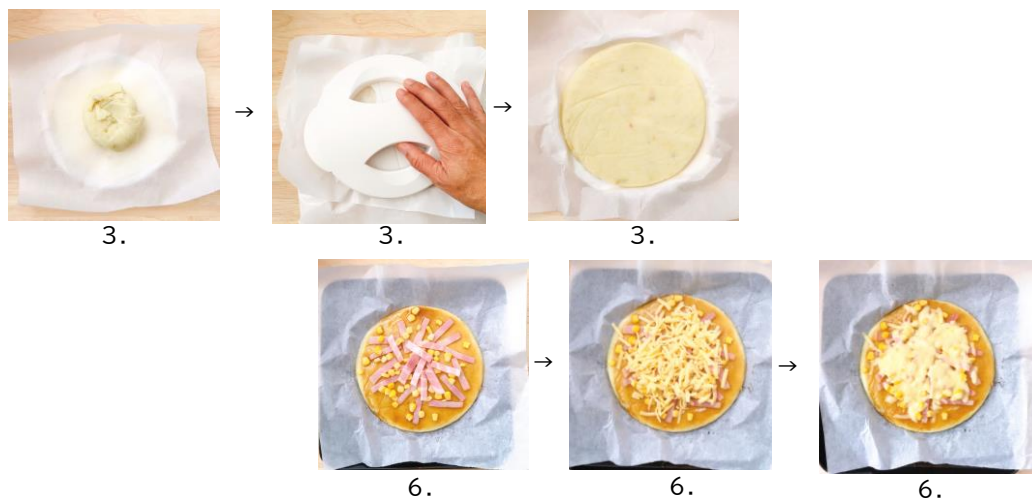


主な材料（2～3人前）

じゃがいも	200～250g
片栗粉	大さじ3
牛乳	大さじ2
塩	小さじ1/2
バター	約15g
しょうゆ・みりん	各小さじ1
とろけるチーズ	30～40g
ベーコン（短冊切り）・コーン	適量

作り方

- じゃがいもの皮をむいて芽を取り2cm角に切り2～3分間水にさらし、水気を切りラップして電子レンジで600w・5～6分加熱
1. をマッシャーでつぶしバター（10g）を入れ、片栗粉と塩を牛乳を入れてよく混ぜる
※ここでチーズ（約10g）を混ぜると、チーズインの生地になる
- パンデピザに2. をのせ生地にする
※作り方のコツ1. 参照 ※上下のクッキングシートにはバターをぬる
3. をオーブントースターで加熱（200℃ 10分）
- 残りのバターをあたため、しょうゆ・みりと混ぜる
4. を取り出し5. をまんべんなくぬりベーコンとコーンをならべ再度加熱し（200℃ 7～8分）、途中チーズをふりかけて更に200℃で3分加熱



明太子うどんピザ

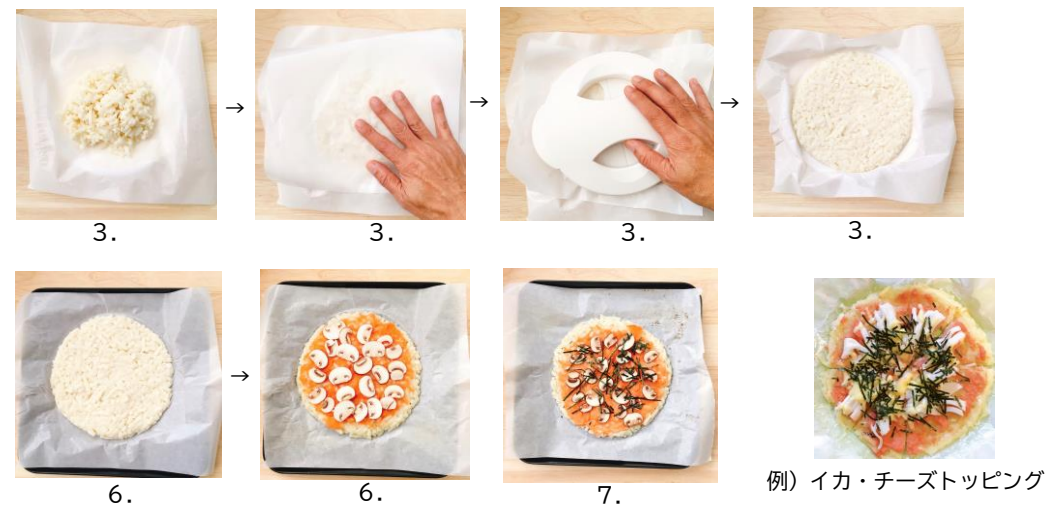


主な材料（2～3人前）

うどん（ソフト麺or冷凍麺）	180～200g
片栗粉	大さじ2
（辛子）明太子	約30g
バター	約15g
とろけるチーズ	約10～30g
トッピング：マッシュルーム or イカ短冊切り（生食用）	適量
きざみのり	適量

作り方

- うどんを温める（電子レンジ500w・2～3分、または沸騰したお湯で3～4分ゆでる）
1. をマッシャーでつぶしバター（10g）を入れ、片栗粉を入れてよく混ぜる
※ここでチーズ（約10g）を混ぜると、チーズインの生地になる
- パンデピザに2. をのせ生地にする
※作り方のコツ1. 参照 ※上下のクッキングシートにはバターをぬる
3. をオーブントースターで加熱（200℃ 10分）
- 残りのバターをあたため、（辛子）明太子とよく混ぜる
4. を取り出し5. をまんべんなくぬり、トッピング具材をならべて再度加熱（200℃ 3～4分）
※お好みでチーズをふりかけて更に200℃ 3分加熱
- カットしてから、きざみのりをふりかける



例) イカ・チーズトッピング

ゆで・焼き！ジャンボ親子餃子



主な材料（約2～3人前）

餃子の皮（市販のもの）	約20枚
豚ひき肉	40g
キャベツ	25g
ニラ	適量
※料理酒・みりん・ゴマ油・オスターソース	それぞれ小さじ1
※鶏がらスープの素・ニンニク・生姜	それぞれ小さじ1/3
片栗粉	小さじ1/2

※ニンニク・生姜は市販のすりおろしで構いません。

作り方

- キャベツをみじん切りにして電子レンジで（500W 30秒）加熱し、みじん切りにしたニラと調味料7品を混ぜ合わせる（フードプロセッサでも可）
- 豚ひき肉をねばりがでるまでこね、1. を加えて混ぜ合わせる
- 餃子の皮に2. をはさみ、水で溶いた片栗粉で口を閉じる（約7～9個程度できる）
※皮1枚あたりの具材は小さじ1程度にし、なるべく小さく包むように
- 水餃子をつくる 3. を3～4個、沸騰したお湯に入れ3～4分間で、水気を良く切って置く
※お湯に中華スープの素（150mlあたり小さじ1）を入れてゆでると、後でスープにできる
※残りの餃子3～5個はここでゆで餃子にしても、8. 9. であわせて焼いても良い
- パンデピザに餃子の皮8～9枚をずらしながら重ねて大きな生地にする
皮の重なり部分に3. の水溶き片栗粉をぬって接着し押ししながら回す ※作り方のコツ1参照
5. の中心部に再度サラダ油を薄くぬり、4. の水餃子を3～4個のせて2つ折りにし、閉じ目を水溶き片栗粉で接着 ※閉じ目は完全に閉じなくても隙間があっても良い
- 中火で熱したフライパンにサラダ油を入れ、6. を入れて蓋をし、焼目がつくまで約1分焼く
7. にお湯50mlを入れ再度蓋をし、中～強火で蒸し（約3分）、弱～中火で焦がさないように水気がなくなるまで焼く ※大きな餃子は接着部分を切り開くと中から小さなゆで餃子がでてくる



スイートポテトパイ

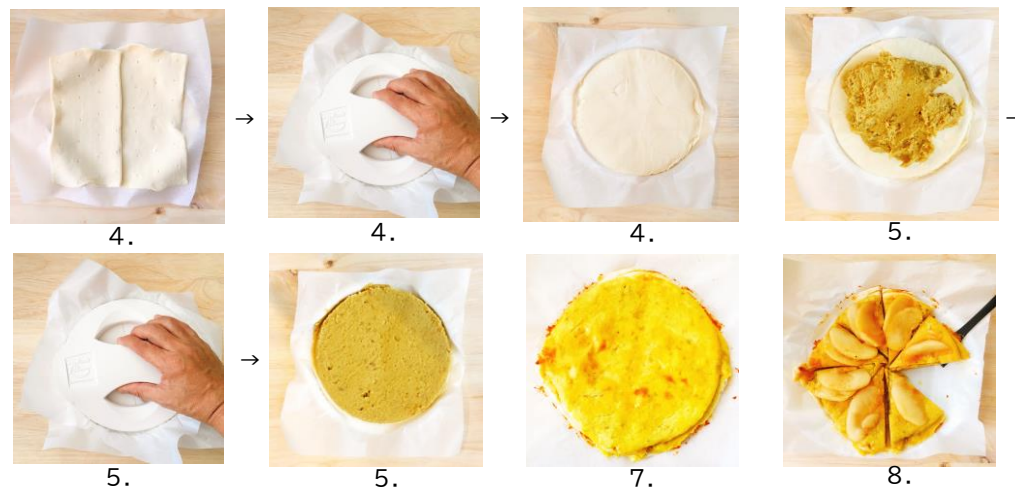


主な材料（約3～4人前）

さつまいも	300g
無塩バター	20g
砂糖	40g
全卵	20g
牛乳	20g
冷凍パイシート	2枚
※塗り用卵（卵・牛乳・塩）	適量
※生クリーム・りんごコンポート	適量

作り方

- さつまいもの皮をむいて約2～3cmの輪切りにし、約10分間水にさらす
- 水気を切らずに耐熱容器に入れラップし、電子レンジで（500W 7～8分）加熱する
2. にバター、砂糖、牛乳の順に入れてマッシャーまたは麺棒でつぶしながら混ぜる
- パンデピザに解凍したパイシートを並べて生地にする
※作り方のコツ1. 参照 ※上下のクッキングシートにはバターをぬる
- 生地4. に3. をのせ、上にクッキングシートをかぶせ、手でならしてから更に数回まわす
5. をオーブントースターで加熱（200℃ 20分） ※上のシートははずす
6. に塗り用卵を塗って更に加熱（200℃ 10分） ※塗り用卵は20gに牛乳3g、塩ひとつまみが目安
- お好みでりんごコンポートや生クリームをのせる
※コンポートはりんご1/2をスライスし水100ml・砂糖大さじ1・レモン汁小さじ1を弱～中火で約15分煮詰め、バター10gを加えて温めシナモンパウダーを適量振りかけて混ぜる



タコライスピザ



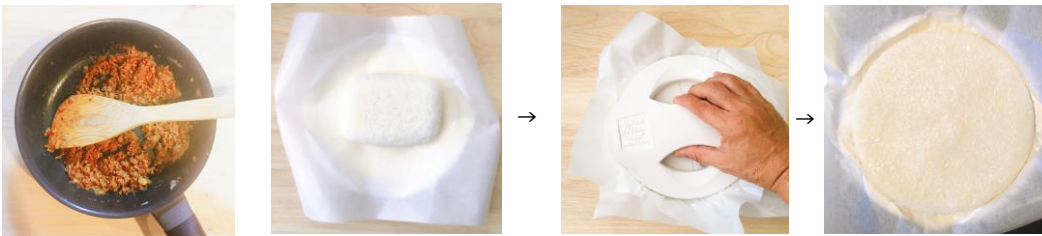
主な材料 (約2人前)

ごはん (あたためたもの)	200~250g
玉ねぎ (みじん切り)	80g (約1/2個)
牛豚合いびき	80g
タコライスソース※	1ブロック (約20g)
とろけるチーズ	約20g
レタス (千切り)	1~2枚
プチトマト (スライス)	3~4個
サルサソース※	適量

作り方

※市販ソースを使ったレシピです。

1. フライパンにサラダ油を熱し玉ねぎがしんなりするまで炒め、ひき肉を加え火が通るまで炒める
2. 水約30mlを1. に入れ沸騰したら火を止めて、タコライスソースを加えルーがとけるまで混ぜ、中火にかけて約2分かき混ぜながら加熱する
3. パンデピザに温めたごはんをのせて生地にする
※作り方のコツ1. 参照 ※クッキングシート上下にはサラダ油をぬる
4. 3. の生地をオーブントースターで加熱 (200℃ 約15分) ※作り方のコツ2. 参照
5. 4. を取り出し2. の具材をまんべんなくぬり再度加熱 (約200℃ 約5分)
6. 5. を取り出しチーズをふりかけて再度加熱 (約200℃ 約3分)
7. 6. の生地を取り出しカットしてからトマト、レタス、サルサソースを盛り付け
※作り方のコツ3. 参照



2.

3.

3.

3.



5.

6.

7.

納豆キムチ大根モチピザ



主な材料 (2~3人前)

大根	300~350g
片栗粉	大さじ3
薄力粉	大さじ2
万能ねぎ(小口切り)	2~3本分
塩	小さじ1/2
しょうゆ・みりん	各大さじ1
砂糖・ごま油	各小さじ2
納豆・キムチ	適量
とろけるチーズ	30~40g

作り方

1. 大根の皮をむいてすりおろし水気を切り、片栗粉・薄力粉を入れて粉が見えなくなるまで良く混ぜる
2. 1. に万能ねぎを入れ、更にまぜる
3. パンデピザに2. をのせ生地にする
※作り方のコツ1. 参照 ※上下のクッキングシートにはごま油をぬる
4. 3. をオーブントースターで加熱 (230℃ 10分)
5. 4. を取り出し、しょうゆ・みりん・砂糖・ごま油を混ぜたものを塗り更に加熱 (230℃ 5分)
6. 5. を取り出し、納豆・キムチをのせて加熱 (230℃ 3分) し、チーズをふりかけて更に3分加熱



1.

3.

3.

3.



3.

5.

6.

6.