# 披萨

## 材料准备

披萨面团：中筋面粉190g，水135g，速溶酵母0.5g，盐1g，橄榄油6g，手粉（即高筋面粉）

配菜：芦笋6根，马苏里拉芝士125g\*2，小土豆一个，萨拉米香肠10片，口蘑三个，蒜头2瓣，橄榄油适量，盐适量，现磨黑胡椒适量

## 制作步骤

1. 首先准备面团，在面粉中加入盐、橄榄油，温水化开酵母，把酵母水慢慢倒入面粉中，边倒边搅拌，饧面20min，揉面3-5min
2. 取大碗倒一些橄榄油，面团放入，滚一圈沾油，盖上保鲜膜，隔夜冷藏发酵24小时
3. 拉出光面后放到烤盘里继续发酵2h后，
4. 准备配菜，蘑菇切片，土豆切片，芦笋去掉老根后纵向切半
5. 蒜头压成蒜蓉倒入2大勺橄榄油中，撒入适量盐和黑胡椒，拌匀成蒜油
6. 烤盘反扣着放入烤箱，200-220℃预热
7. 取出面团小心地把边缘抻开，大致整形成圆形，转移到撒过面粉的烤盘上，在饼底上刷一层蒜油，把马苏里拉芝士撕成小块，铺一半在饼底上
8. 再均匀铺上芦笋、土豆片、蘑菇和萨拉米香肠
9. 再铺上另一半芝士，撒上适量黑胡椒
10. 送入预热好的烤箱中层，烤10-15分钟，至饼边烤成金黄色，芝士融化即可
11. 出炉后可以再淋上少许橄榄油

Tips：

1. 面粉可以用高筋的，但水的量也要增加，中筋面粉需要约75%的水，高筋面粉需要约80%
2. 如果用一般的干酵母，需要把酵母先溶于水，再倒入面粉中。用量也要增加到1g（1/4小勺）
3. 如果想要缩短发酵时间，可以增加酵母用量，升高环境温度，但是不建议发酵时间短于8小时
4. 整理面团时要多用手粉防粘，手法要轻柔，尽量保持面团内的气孔
5. 把面团分割好团成球状后，如果暂时不用要及时地盖上湿布或是用保鲜膜覆盖，保持面团的湿润。也可以放入冰箱冷藏1-2天，下次要用的时候，提前2小时拿出来回复到室温
6. 披萨上放的菜和芝士要适量，不要太贪心，太多的菜和芝士会产生大量水分泡软饼底

# 意大利薄底披萨

## 材料准备

披萨面团：高筋面粉50g，低筋面粉15g、水45g，速溶酵母0.5g，盐0.5g，橄榄油5g，手粉（即高筋面粉）

配菜：披萨酱、马苏里拉芝士，其他品种芝士、萨拉米香肠6片，口蘑三个，彩椒、洋葱、玉米

## 制作步骤

1. 酵母加一些配方中的水融化
2. 高低筋面粉加入盐混合，用擀面杖混匀，酵母水和水加入面粉中用擀面杖和成棉絮状，面团加油混匀
3. 揉面：揉面垫撒手粉，搓衣板法（用手掌把面团往前推开，旋转90度重复1次）和刮刀法（刮刀倾斜45度角，将面团切成小块，旋转90度重复1次）交替进行，搓两次切两次为一个回合，3个回合以后面团中的油分开始均匀，然后用摔打法（摔打然后折叠，拿起衔接处再次摔打）让面团光滑，把面团团圆(不要过度揉面)，放入碗中盖上保鲜膜冰箱隔夜冷藏发酵
4. 取出面团室温二次密封发酵2h（放到烤盘里盖上保鲜膜），发酵好的面团比原来大一倍，用手指沾一点手粉按压不回缩
5. 把面团擀成面饼，在面饼底部戳洞，在面饼表面刷一层植物油
6. 烤盘反扣着放入烤箱，200-220℃预热
7. 在面饼铺上披萨酱和芝士，撒一点盐，放萨拉米香肠、口蘑三个，彩椒、洋葱、玉米
8. 第一次烘烤：上下火220℃中下层10min
9. 取出再铺上一层芝士，第二次烘烤：上下火220℃中下层3-5min