

第6回あいつ野菜こどもクッキングコンテスト

レシピ



| | |
|------|-------|
| チーム名 | ユナリナ |
| タイトル | 幸せな花畑 |



料理名： マーボナーナスの生春巻き**材料：**

ナス：3分の1こ(院内・佐々木孝様)

マーボナーナスのもと：40g

ライスペーパー

レタス：数枚

作り方：

ナスをさいのめに切る

水にさらす(あくぬき)

ナスの水気をきってうつわに入れ、ラップをかけて2分チンする

そこにひき肉を入れ、さらに30秒チンする。かきまぜてさらに30秒チンする。(3回やる。ひき肉に火がとおる

マーボナーナスの素を混ぜ入れる。

レンジで1分チン。 さましてからライスペーパーを水にくぐらせる

ライスペーパーの上にレタスをしき、マーボナーナスをのせてまく

料理名： イタリアントマトカップ**材料：**

ベーコン：5g

チーズ(ベビーチーズ)：2分の1こ

しおこしょう：1つまみ

ピザソース・バジル：少々

作り方：

ベーコンとチーズをこまかく切る(5mm×5mmの大きさで)

ベーコンにしおこしょうして10秒チンする。

トマトの中身をくりぬく(スプーンでとれないときは指で)

チーズとベーコンを中に入れる

ピザソースをかける、バジルもかける(少しおしつけるように)

料理名： 花畑キッシュ

