料理名	夏野菜イタリアンギョウザ

材料	チーム名	野菜大好きキッズ
	①トマト	中3個
	②ナス	中1個
	③ピーマン	1個
	④ミックスチーズ	お好みの量
	⑤ギョウザの皮（大判サイズ）	16枚
	⑥ベーコン	3枚
	⑦塩・こしょう	少々
	⑧オリーブオイル	小さじ2
	⑨サラダ油	少々
	⑩フルーツトマト	適量（飾り用）
	⑪パセリ	適量（飾り用）

調理方法	
	※調理方法を詳しく記入して下さい。 （例）①トマト（100グラム）を1センチ角に切ります。 ②オーブンを180度に予熱しておきます。
	①トマトを横半分に切り、種を取ります。
	②トマト、ナス、ピーマンを角切りにします。
	③ベーコンを1cm幅に切ります。
	④ナス、ピーマン、ベーコンにオリーブオイルを加え、フライパンでしんなりするまで炒めます。
	⑤④にトマトを加えて水分がなくなるまで炒めます。
	⑥⑤にチーズ、塩、こしょうを加え、よく混ぜます。
	⑦⑥を火から上げてよく冷まし、ギョウザの皮で正方形に包みます。
	⑧フライパンにサラダ油をひき、焼きます。
	⑨両面をしっかりと焼いたらできあがり。
	ポイント：トマトの水分はしっかりとばす！