

おもしろ家庭科③

(このページは、直接入力できません。)

そのまま見るか、いんさつしてつかってね !!

超かんたん！おいしい！ 火を使わないから安心！

のりピザトースト



のせる材料は好きなものを好きなだけ！火を使わないので、安心です。

私の実家の喫茶店で「のりピザ」としてピザ生地で販売していました。

ピザ生地を食パンで代用しているのでもっとも簡単です。みなさんもつくってみませんか？

(材料) 4 枚分

○食パン 4枚

厚切りだとふっくら。薄切りだとサクッとします。

○玉ねぎ 中サイズ 1/2個

薄切りにします。

○ミニとまと 8個

半分に切ります。もちろん普通のとまとでも OK。

○ピーマン 1個

薄切りにします。形は何でも OK！

○マッシュルーム 1個

じくをとって薄切りにします。缶詰でもいいよ。

○つくだ煮のり 適量

お好きなメーカーで。

○マヨネーズ 適量

味のアクセントになります。

○ピザ用チーズ 適量

モッツアレラチーズが入っているとのび~るよ。

○粉チーズ 適量

焼くとサクッとおいしい。

○乾燥パセリ 適量

なくてもいいよ。

ほかにも、サラミやコーンなど、いろいろ試して、自分の好みを見つけよう！もちろんピザ生地でも。

【豆知識】玉ねぎは縦(根と芽の方向)に切るとシャキシャキ食感で、横に切ると柔らかくなります。縦切りは食感が残るので親子丼やみそ汁などに向いています。カレーや焼き肉などは横に切ると、煮た時に溶けやすく、また焼くと甘みが増しますのでお勧めです。ピザやサラダは食べる人の好みかな。今回は縦切りにしました。個人的にはハヤシライスも縦だなあ。

(つくり方)

① 材料を準備します。



② パンにつくだ煮海苔を塗ります。



③ マヨネーズをかけます。



④ 玉ねぎをのせます。



⑤ ピザ用チーズをのせます。



⑥ 好きな具材をのせます。



⑦ 粉チーズ、乾燥パセリを振りかけます。



⑧ オーブントースターで5分焼くとできあがり！



好きな飲み物と一緒に食べてね！
食べ終わったら、あとかたづけもしようね！



※ クッキングシートをひいて焼くといいよ。