



お好みスパイン



給食のレシピを紹介します。

良かったらお家でも作ってみてくださいね。



材料 (約 4人分)

- ☆ホットケーキミックス・・・100g ☆卵・・・1/2個
- ☆牛乳・・・50cc ☆チーズ・・・40g
- ☆油・・・大さじ1 ☆キャベツ・・・60g
- ☆ウインナー・・・20g ☆青のり・・・適量
- ☆お好み焼きソース・・・適量 ☆マヨネーズ・・・適量

作り方

- 1, キャベツは一口大に切り茹でておく。ウインナーは5mm位のスパインに切る。チーズは5mmの四角に切る。
- 2, ボールにホットケーキミックス、牛乳、卵、油を入れて混ぜる。
- 3, 2の中にキャベツ、チーズ、ウインナーを入れて混ぜる。
- 4, 180℃に温めたオーブンで20分～25分焼く。
- 5, 焼きあがったら、お好み焼きソースとマヨネーズを上にかかけ、最後に青のりをふりかける。

