

【パンづくし！かなりイケてるピザ】

◎材料(2～3人分)

食パン(6枚切り):2～3枚 ピザチーズ:20g マヨネーズ:適量

タバスコ:適量

ソーセージ:2本 ピーマン:1個

ツナ缶:1缶 コーン缶:小1/2缶 細ネギ:2本

A ケチャップ:大さじ1と1/2 ハチミツ:小さじ1

おろしニンニク:小さじ1/4 ドライハーブ:少々

B しょうゆ:大さじ1 ハチミツ:大さじ1/2

<作り方>

1. Aを混ぜてピザソースを作る。
2. ツナの油をきってBと混ぜる。
3. ソーセージは7～8mm幅の斜め切りに、ピーマンは5mm幅の輪切りに、細ネギは小口切りにする。
4. 食パンの耳を落として、手で押し伸ばす。
5. パンのななめ半分にピザソースを塗り、上にソーセージとピーマンをのせる。
6. 残り半分に2.のツナを載せ、コーンと細ネギを散らす。
全体にチーズを散らす。
7. トースター(750w)で7～8分焼く。

サブメニュー①パングラタン風スイーツ

◎材料(2～3人分)

食パン(6枚切り:乾燥したものでOK):3枚 バター:適量

イチゴジャム:大さじ1～2 マシュマロ:8粒 チョコレート:15g

A 卵:1個 牛乳:150ml

<作り方>

1. 耐熱皿の内側にバターを塗りつける。
2. 食パンを16等分に切って、1.に入れる。
3. Aの卵を解きほぐして牛乳と混ぜ、パンを混ぜる。
4. 1.の皿に、3.のパンを潰け汁ごと入れる。
5. チョコを砕いて散らし、ジャムをかける。
6. トースター(750w)で7～8分焼き、マシュマロを半分に切ったのせ、さらに3～4分焼く。

サブメニュー②長芋のポタージュとクルトン

◎材料(2～3人分)

長芋:200g 食パンの耳:1枚分 刻みパセリ:適量

オリーブオイル:大さじ1

A 牛乳:300ml 水:150ml 顆粒コンソメ:大さじ1

<作り方>

1. 食パンの耳は1cm角のさいの目に切り、フライパンの上にならべてオイルをかけ、カリッとするまで5分焼き、クルトンを作って取り出す。
2. 長芋の皮をむいてビニール袋に入れて、麺棒などで細かく潰す。
3. Aを鍋に入れて火にかけ、沸騰したら2.の長芋を混ぜる。
とろみが付いたら器に盛り、クルトンとパセリを散らし、オイルをかける。

