

●ズッキーニのぐるぐるチーズハム

【材 料】(2人分)

・ズッキーニ	: 1本	・塩	: 2つまみ
・カマンベールチーズ	: 1個	・オリーブ油	: 適量
・ハム	: 3枚	・ピンクペッパー	: 適宜

【作り方】

ステップ1・材料を切る

- ① ズッキーニはよく洗い、スライサーで12枚に薄く切る。
塩をふってしんなりさせる。

Point ズッキーニはしんなりさせることで、チーズとハムに巻きやすくなる。

- ② カマンベールチーズは12等分に切る。

Point 包丁を水で濡らしておくと、チーズかっつかず、うまく切れる。

- ③ ハムは3枚を重ねて4等分し、12枚になるようにする。

Point 豚のバラ肉や薄く切ったソーセージ、ベーコンでも代用可。

ステップ2・材料を巻く

- ④ ズッキーニを2枚、少しずつ重ねて、その上にハム2枚とカマンベールチーズ2個をのせてぐるぐる巻く。

Point 少しずらしながら巻くことで、出来上がりがきれいになる。

ステップ3・オーブントースターで焼く

- ⑤ オーブントースターの天板にアルミ箔を敷き、オリーブ油を薄くひく。
⑥ ズッキーニの巻き終わりを下にして並べ、上からオリーブ油をかける。

Point オリーブ油を上からかけることで、焼いてもしっとり仕上がる。

- ⑦ 1000wで5分ほど焼く。チーズが溶けてきたら出来上がり。

Point お好みでピンクペッパーをトッピングすると華やかな仕上がりになる。