

# ピザトースト レシピ



エネルギー：301kcal/人

材料 (切り方)	分量 (4人分)	作り方
食パン 5枚切り	4枚	① たまねぎはサッと湯通しする。 ② ①を全て混ぜ合わせて具材を作る。 ③ 食パンに②を塗り広げて、チーズをのせて、オーブンで焼く。 (220°C10分くらい) ※トースターでもOK! 焼き色を見ながら調整してください。
ベーコン (スライス)	60g	
たまねぎ (千切り)	中1/2個	
ピーマン (千切り)	1個	
マッシュルーム水煮 (スライス)	20g	
ケチャップ	65g	
ピザソース	大さじ2	
ピザ用チーズ	50g	

子どもたちにも人気の  
ピザトースト☆  
具材はお好みのもので  
アレンジしてください!

