

# 簡単 レシピ倶楽部

Recipe club

SPONSORED BY  
Campus Square



## かぼちゃのマヨチーズ焼き

### 材料(2人前)

- ・かぼちゃ  
…1/4(約300g)
- ・マヨネーズ…大さじ2
- ・塩胡椒…適量
- ・ピザ用チーズ…40g
- ・パン粉…適量
- ・パセリ…あれば

材料協力

- ・鮮々館オオクボ
- ・ジュビター

### 作り方

1. かぼちゃを一口大に切る
2. 耐熱ボウルに①と水大さじ2杯を入れ、ふんわりとラップをかけて電子レンジ(600w)で5分加熱
3. ボウルの中の水分を捨てて、マヨネーズと塩胡椒を加えて和える
4. 耐熱皿に移し、ピザ用チーズとパン粉をかけて、グリルやオーブンで焼き色がつくまで焼く
5. パセリを散らして完成!



用意する材料はこちら



監修 雨松明子さん

管理栄養士。保育園栄養士として勤務。離乳食や幼児食などの講座を開催。妊娠中に手ごねパンの楽しさに目覚め、独学で製パンを勉強。ベーカリー・レイントリーという屋号で、イベント出店や手ごねパン教室を手掛けている。現在、学園都市カルチャーセンターにて「パンと焼き菓子」教室を毎月第2月曜日に開催中です。