

かんたんおもちピザ

お休みの朝、のんびりしたい時に簡単に電子レンジだけで作れるレシピです。これは四人分なので4枚になっていますが、6人で食べたい場合はお餅を6枚にしても大丈夫です。（おもちエネルギーが高いのできょうはおもちを1人1個ということで書いてあります。）野菜を少しのせたいという場合は、おかかをのせたところに薄切りにしてのせればOKです。ただし「クッキングシートの表にのせないとはがれなくなる」と、「すぐに食べないとかたくなる」という点には気をつけてください。

<材料> 4人分

切り餅	50gを4つ
糸削り節	3g（ミニパック1袋）
しょうゆ	8ml（小さじ2弱）
焼き海苔	1枚
シュレッドチーズ	50g
クッキングシート	20cm四方1枚

<作り方>

- ① お皿の上にクッキングシートを敷き、おもちを4枚のせます。
- ② ①のお皿をラップをかけずに電子レンジに入れ、700Wで約3分加熱します。おもちに熱がとおり、くっついてピザの台ができあがります。
- ③ 糸削り節にしょうゆを入れてまぜておき、②のおもちの上にまんべんなくのせます。
- ④ ③の上に焼き海苔を1枚のせ、シュレッドチーズを平らにのせます。
- ⑤ ④のお皿をラップをかけずに電子レンジにいれ、700Wで約1分30秒加熱するとできあがりです。
- ⑥ キッチンバサミでクッキングシートごと好みの大きさに切って食べます。あたたかいうちならクッキングシートは簡単にはがれます。

