

メニュー名	寄居とろとろナスのナポリ風ピザ	No. 4
-------	-----------------	-------

材 料 ( 1~2人分 )

・ 寄居とろとろナス	1/4 本	・ ブロccoli	適量
・ ミニトマト	5 個	・ ピザ生地	1 枚
・ タマネギ	1/4 個	・ チーズ (ピザ用)	適量
・ ピーマン	1/2 個	・ ケチャップ	適量
・ しめじ	1/4 パック	・ ブラックペッパー	

作 り 方



- ① ナスを準備する。
- ② ナスのへたを取り、1 cm程度にいちよう切り、タマネギは薄切り、ピーマンは横切り、ミニトマトは縦半分に切る。しめじは石づきを切り落とし、適当な大きさに小分けにする。ブロッコリーは小房に分けてから、お湯で茹でる。
- ③ ピザ生地にケチャップをぬり、ブラックペッパーをかける。②で準備しておいた具材を生地へ盛り付ける。



④ チーズを乗せて、250℃に予熱したオーブンで約7分焼く。

⑤ お皿に盛り付けたら完成。

ベーコン、生ハム等に乗せても美味しいです。