



かぼちゃのチーズ焼き

かぼちゃ・たまねぎの甘味と
ベーコン・チーズの塩味・うま味
がよく合います。

電子レンジを併用すると材料が
早くやわらかくなります。



材料(4人分)

ベーコン	60g	……短冊に切る
かぼちゃ	150g	……2cmぐらいのいちよう切り
たまねぎ	50g	……うす切り
とろけるチーズ	50g	
塩 しょう	少々	

作り方

- ① 耐熱容器にかぼちゃ・たまねぎ・ベーコンを入れ、塩・しょうをふる。
- ② 電子レンジで約4分、かぼちゃがやわらかくなるまで加熱する。
- ③ チーズを上のにのせ、オーブントースターで焼き色がつくまで5分程度焼く。

