

ピザトースト

【献立例】ピザトースト、グリーンサラダ、コーンポタージュ



材料(約4人分)

食パン	4枚
炒め油	適量
にんにく	少々
玉ねぎ	大きめ 1/4 個 (60g)
マッシュルーム	2~3個 (30g)
ロングベーコン	1枚 (20g)
トマトピューレ	大さじ 2.5 (35g)
ケチャップ	大さじ 2.5 (35g)
こしょう	少々
オレガノ	少々
ピーマン	1/2 個 (20g)
シュレッドチーズ	60g

<作り方>

- にんにくはみじん切り、玉ねぎはスライス、マッシュルームはみじん切り、ベーコンは短冊、ピーマンは細めの短冊に切る。
- 油を熱し、材料を順に炒め、トマトピューレ～オレガノで調味し、ピザソースを作る。
- パンにピザソースを塗り、ピーマンとチーズを混ぜ合わせたものをのせ、焼く。



- マッシュルームは缶詰でも構いません。きのこが苦手な児童が多いので、給食ではみじん切りにしていますが、気にならなければスライスにしてください。
- ハーフベーコンの場合は2枚使ってください。
- ピーマンはチーズと一緒にのせた方が彩りがよいですが、苦手な場合はピザソースに混せてください。
- チーズはスライスチーズでも構いません。