

インカのめざめとトマトのチーズ焼



< 材料 >

◎インカのめざめ…100g
ミニトマト…3個 ソーセージ…2本
アスパラ…1/2本 シュレッドチーズ30g
オリーブオイル…適量 塩コショウ…適量
イタリアンバジル…1枚

< 作り方 >

- ※インカのめざめは解凍しておく
- 1.ミニトマトを半分に、アスパラ、ソーセージを食べやすいサイズにカットする。
 - 2.スキレットにオリーブオイルをなじませ、解凍したインカとカットした具材を入れ塩コショウをし炒める。
 - 3.火が通ったらチーズをのせ、彩にイタリアンバジルを添えたら完成。



イースタンフーズ株式会社