

なすとピーマンを使ったレシピ

ギョウザピザ



※イメージ写真

●材料（4人分）

ギョウザの皮……………24枚
たまねぎ……………1/2個
ピーマン……………2個
なす……………2個
ミニトマト……………8個
にんにく……………2片
ハム……………8枚
スライスチーズ……………8枚
トマトケチャップ……………大さじ4
オリーブ油……………適宜

●作り方

- ①ギョウザの皮は1枚を中心にして5枚花びらのように貼り付ける。
- ②たまねぎ、にんにくは薄切り、ピーマン、なすは細切りにする。ミニトマトは6等分のくし型切り、ハムは8等分、チーズは12等分くらいにする。
- ③フライパンに油を入れ、にんにくが少し色づくまで炒めたら、ピーマン、なすを加えて炒める。
- ④フライパンに油を熱し、ギョウザの皮の片面を焼く。ひっくり返して、表面にトマトケチャップを塗る。
- ⑤③にたまねぎ、ハム、ミニトマト、炒めたピーマン、なすをのせ、軽く塩、こしょうして、チーズを散らす。
- ⑥ふたをして、チーズが溶けて、ギョウザの皮がかりかりになるまで焼く。

（明和第一保育園より提供）

なすとピーマン入りピロシキ

●作り方

- ①パン生地にミートソースミートソース（ひき肉、たまねぎ、ピーマン、なすを炒めたもの）を包む。
- ②揚げパンの様に油で揚げる。



※イメージ写真

（明和第一保育園より提供）