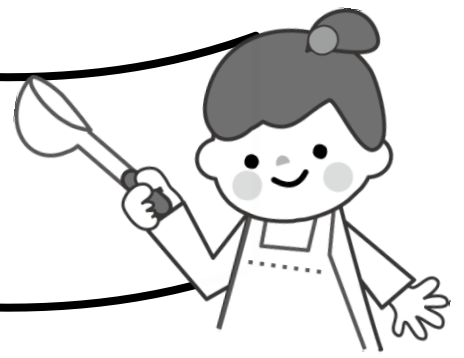


しいたけのアボカドチーズ焼き



【材料：2人分】



しいたけ (ちいさめ)	8個	ポン酢	適宜
アボカド	1 / 3個		
ツナ缶 (油漬け)	1缶		
マヨネーズ			
	大さじ2と1/2		
ピザ用チーズ	60g		

- ① しいたけのじくを切り、じくをみじん切りにする。
- ② アボカドはサイコロくらいの角切りにし、ツナ缶の汁を切る。
- ③ ①、②をマヨネーズで混ぜ合わせる。
- ④ しいたけの傘の裏側に③をのせ、チーズを上からかけて、オーブントースターで5分焼く。
- ⑤ お好みでポン酢をつける。

食育レシピコンテスト 応募972通の中から選ばれました。

