



ズッキーニのこんがり焼き



材 料 [2人分]

- ズッキーニ …………… 2/3本
- 玉ねぎ …………… 1/2個
- ピザ用チーズ …………… 大さじ4
- 黒こしょう …………… 少々

作り方

- ①ズッキーニは1cm幅の輪切り、玉ねぎは薄くスライスして水にさらす。
- ②ズッキーニの上に水気を切った玉ねぎをのせ、こしょうをふりかけ、チーズをのせる。
- ③オーブントースターで焦げ目がつくまで焼く。



Ebetsu Vegetable Life

1人分の栄養価等

- 83Kcal
- 塩分 0.5g