

ピーマンピザ

材 料 (4人分)



◆ピーマン	4個
◆ベーコン	4枚
◆玉ねぎ	1/2個
◆マッシュルーム	4個
◆スイートコーン	大さじ4
◆とろけるチーズ	お好みで
◆A)トマトケチャップ	大さじ1
◆A)トマトソース	大さじ2~3
◆サラダ油	大さじ1
◆塩・胡椒	少々
◆パセリ	適量

◆◆◆トマトソース◆◆◆

ミートソースなどのお好みのソースで
代用可能です！

- ① ピーマンを洗って半分に切り、種を取る。
- ② ベーコン・玉ねぎ・マッシュルームを5mm角に切る。
また、パセリをみじん切りにする。
- ③ フライパンにサラダ油をひき、②とスイートコーンを入れ、
塩・胡椒をして炒める。
- ④ 全体に火が通ったらAの材料を入れ、少し火を入れて酸味を飛ばす。
- ⑤ ピーマンを器にして上に④をのせ、とろけるチーズをかけて、180℃に
温めたオーブンでチーズにきれいな焼き色がつくまで(5~7分程)焼く。
- ⑥ 仕上げにパセリをのせて完成。