



ごはんピザ

□ 材料 約4人前

ごはん(70g) 4個

※
玉ねぎ 1/2個
ピーマン 1/4個
ベーコン 100g

ピザソース 適量

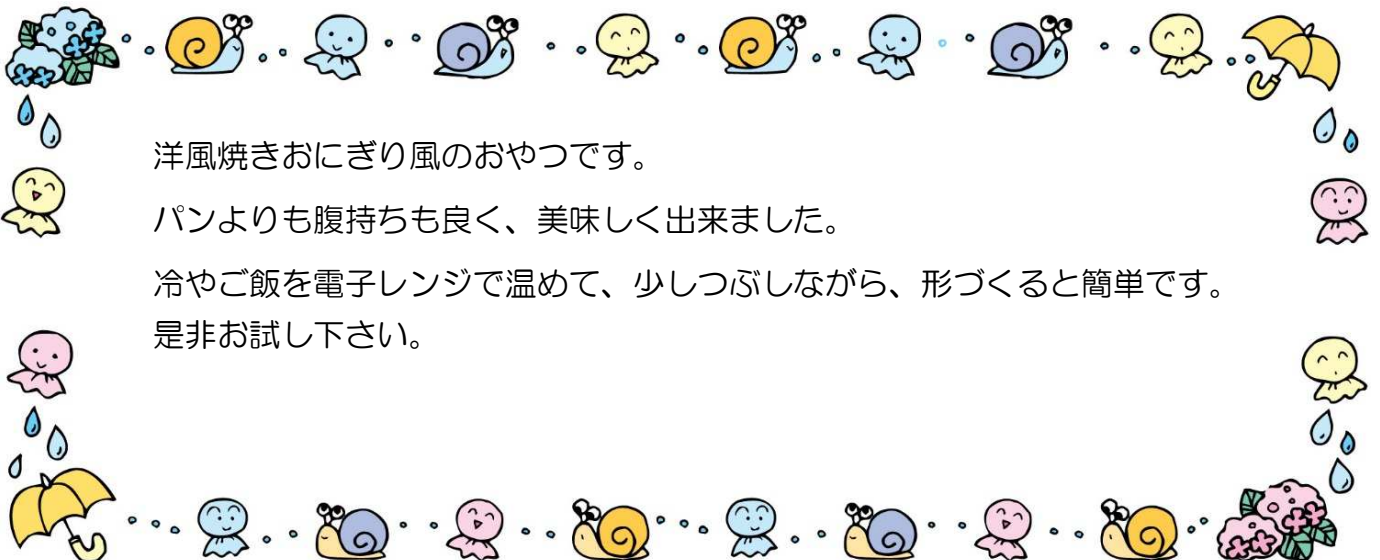
シュレット
チーズ 50g

サラダ油 適量
塩・胡椒 適量



□ 作り方

- 【1】 ご飯を半つぶしにして、丸く形を作って、つぶす。
- 【2】 フライパンに、油を入れ、※の材料を入れ炒め、塩・胡椒をする。
- 【3】 【1】にピザソース、【2】を四等分にして乗せチーズを乗せる。
- 【4】 オーブンを200度に予熱して、10分程焼く。



洋風焼きおにぎり風のおやつです。

パンよりも腹持ちも良く、美味しく出来ました。

冷やご飯を電子レンジで温めて、少しつぶしながら、形づくりと簡単です。
是非お試しください。