

夏野菜の一口パイ



★アレルギー表示

卵	乳	小麦	そば	落花生	えび	かに
あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイ	牛肉	くるみ
さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	松茸
もも	山芋	りんご	ゼラチン	ごま	カシューナッツ	

1人分	
エネルギー	132 kcal
原価	円

調理時間目安		
約	20	分

(材料を寝かす時間は含まない)

【10人分】

	材料名	分量	エネルギー	原価		材料名	分量	エネルギー	原価
		g	kcal	円			g	kcal	円
A	冷凍パイシート	300	1119		I				
B	スライスチーズ	20	68		J				
C	卵黄	30	116		K				
D	ズッキーニ(輪切り)	100	14		L				
E	ミニトマト(縦半分にかット)	5個	3		M				
F	ハーブソルト	適量			N				
G					O				
H					P				

作り方		備考
	①冷凍パイシートを解凍し、めん棒で薄くのばし4cm×6cm位の大きさにカットする	
	②2枚で1セットにし、片方のシートを型抜きで丸く穴をあけ、B.スライスチーズを穴をあけていないシートの上に乗せ、ハケで縁にC.卵黄を塗り、縁を押さえてくっつける	
	③穴の部分にD.ズッキーニ、E.ミニトマトを乗せ、ハケでパイシートの部分にC.卵黄を塗り、ハーブソルトをふりかける	
	ホテルパンに並べ、スチコン【コンビ40%・200℃・10分】で加熱する	