



## 野菜のカリカリパン焼き

そらなみママ さん



### 【材料】

- ・ナス 2本(大きい場合は1本) ・ズッキーニ 1/2本 ・トマト 1/2個
- ・とろけるチーズ 1枚 ・パンの耳 適量 ・かつおぶし 適量 ・ミニトマト飾り用
- ・顆粒だし 小さじ2程度 ・醤油 小さじ2程度 ・油 適量 ・マヨネーズ 適量

### 【作り方】

- ① ナス、ズッキーニ、トマトを切って油で炒め、顆粒だし、醤油で味付け。
- ② 小さめの深い器にパンの耳を敷き詰めてその上から炒めた野菜を器半分までのせる。
- ③ とろけるチーズ、かつおぶしを中にたっぷり詰めてたら器いっぱいまでまた野菜をのせる。野菜でチーズとかつおぶしを挟む感じ。
- ④ 少し時間をおいたら、アルミホイルの上にひっくり返し返す。(パンのミミがしっとりくっつく)
- ⑤ 上からマヨネーズをかけて、魚グリルまたはトースタで焦げ目がつくまで焼く。
- ⑥ かつおぶし、ミニトマトをのせて完成！