

★りっちゃんさん考案★

イワシ缶(まいわしの油漬け)とコゴミのピザトースト

●材料(分量) 2人前

- ①イワシ缶1缶(60g)
- ②コゴミの水煮(10本)
- ③ケチャップ(大さじ4)
- ④ピザ用チーズ(お好みの量)
- ⑤ブラックペッパー(お好みで少々)
- ⑥食パン6枚切り(2枚)



●作り方

- 1 イワシ缶の油をしっかりと切り、コゴミの水気もキッチンペーパーで拭く。
- 2 食パンにケチャップをまんべんなく塗って、1を幅広く乗せる。
- 3 2にピザ用チーズをかけ、その上にブラックペッパーをふりかける。
- 4 チーズが溶け、軽く焦げ目がつくようにトーストしたら完成！

●ココがポイント！

- ・調理が簡単で調理時間も短時間で済むため、忙しい主婦などに最適な料理です。
- ・お子様にも喜ばれますが、ビールやワインのお供としても最高の1品です。