



秋田北鷹高校家庭クラブ

Enjoy! COOKING

# ENJOY! COOKING

“なんちゃってチャーシュー”でお手軽に、ごはんを使った和風ピザはいかがでしょう。クセが無く、お子様からご年配の方まで美味しくお召上がり頂けます。

ごはんのピザ生地は薄め(5mm厚程度)にした方がパリッと仕上がります。トッピングはお好みでいろいろ乗せてみても楽しいですよ。

## 材料(4人分)

- やまと豚薄切り肉・・・300g
- ごはん・・・2合    ○たまねぎ・・・1個
- しょうが・・・1/4個
- ピザ用チーズ・・・200g
- 枝豆・・・適量    ○マヨネーズ・・・適量
- 醤油・・・大さじ3    ○酒・・・大さじ3
- 砂糖・・・大さじ3    ○サラダ油・・・大さじ1



ずんずんピザ  
～チャーシューをのせて～

今月の食材  
やまと豚

## つくりかた

- ① オープンを予熱しておきます。
- ② 豚肉を一口大に切り、熱したフライパンにサラダ油をひいて焼き色が付くまで炒めます。
- ③ たまねぎとしょうがはみじん切りにし、醤油・酒・砂糖と一緒に②に入れ、汁気が無くなるまで煮詰めます。
- ④ ごはんはすりこぎで粒が残る程度に軽くつぶし、オープンシートの上で薄く延ばしてピザ生地にします。1合で1枚分が目安です。
- ⑤ ④の上に③と枝豆を乗せ、マヨネーズとチーズをかけます。
- ⑥ 220°Cのオーブンで15分焼いて完成!

