

材料

- ほうれん草 . . . 1袋
 - パルメザンチーズ . . . 大さじ4
 - スライスチーズ . . . 4枚
 - パイシート . . . 4枚
 - 塩・黒コショウ . . . 適量
 - ニンニクチューブ . . . 適量
 - いぶりがっこ . . . 50g
 - オリーブオイル . . . 適量
 - 薄力粉 . . . 適量
- (パイシートをのばすときに使用)

今月ご紹介するのは、冬に不足しがちな野菜を使った料理。アツアツチーズと一緒にどうぞ。



秋田北鷹高校家庭クラブ
Enjoy! Cooking

今月の食材 ほうれん草



「とろーりとろけるほうれんパイ」

つくりかた

- ① ほうれん草を洗って少し細かめのざく切りにする。
- ② オリーブオイルを熱して、ほうれん草にニンニク・塩コショウを加えて2~3分炒める。
- ③ ほうれん草に水気があれば取り除く。
- ④ ③とみじん切りにしたいぶりがっこを混ぜる。
- ⑤ パイシートをのばし6等分にする。
- ⑥ パイシートの上にスライスチーズ1枚、ほうれん草、パルメザンチーズの順番にパイ生地の下半分のにせ上半分をかぶせる。
- ⑦ オーブンで200℃の設定で20~25分焼いて完成。

