

### ★ねぎみそチーズ in 油揚げ

#### 材料 (大判1枚分)

油揚げ 1枚、スライスチーズ 1枚 (又はシュレッドチーズ適量)

◎刻みねぎ 大さじ6 ◎みそ 大さじ1 ◎砂糖 大さじ1 ◎醤油 小さじ1

1. 油揚げは真ん中半分で切り袋状にする。◎の材料をすべてあわせておく。
2. ◎とチーズを油揚げの中に入れ、楊枝でとじてオーブントースターでこんがり焼く。フライパンで蓋をして焼いてもよい。

### ★ごはんピザ

#### 材料 (1枚分)

ご飯2膳くらい、卵1個、ピザソース (又はケチャップ)、ピザ用チーズ適量

ピーマン、コーン、ハム、ウィンナーなど適宜、塩こしょう

1. 少し温めた残りご飯をボウルに入れ、軽く塩こしょうして、溶き卵を混ぜる。
2. フライパン全体に広げて平らにし、蓋をして弱火で3分程焼く。
3. 裏返したら、ピザソースを塗り、ハムなどのトッピングの材料を散らして、さらにチーズを均等にのせて蓋をし、3分くらいチーズが溶けるまで焼く。

### ★和風パスタ

#### 材料 (一人分)

パスタ100g、ベーコン2枚、のり適量、水160cc、めんつゆ大さじ1、塩ひとつまみ、バター適量

1. シリコンスチーマーに、適当に切ったベーコンをしき、その上に半分に折ったパスタをのせる。
2. めんつゆ、塩、水を入れ、蓋をして電子レンジに8分ぐらいかける。途中一度混ぜると、めんが固まらない。
3. パスタが好みの加減の柔らかさになっていたら、バターを入れ、軽く混ぜる。のりを散らせて出来上がり。