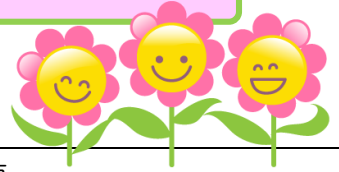


作ってみよう！おすすめレシピ

アスパラのキッシュ



材料（4人分）（g）	作り方
グリーンアスパラガス 5本 ベーコン 2枚 たまねぎ 中1/2個 マッシュルーム 3個 塩・こしょう 少々 油 2個 卵 2個 生クリーム 大さじ2 （*コーヒーフレッシュ2個でもよいです。） 牛乳 大さじ1 塩 小さじ1/4 こしょう 少々 コンソメスープの素 小さじ1/3 溶けるチーズ 30g	① グリーンアスパラガスは、2～3cm長さに切って塩茹でしておく。 ② ベーコンは5mm幅、たまねぎは薄切り、マッシュルームは薄くスライスしておく。（マッシュルームは缶詰でもよいです。） ③ 油をひいたフライパンに②を入れ炒め、①を加え軽く炒め、塩、こしょうで味をつける。 ④ ボールに卵を割り入れ、生クリーム、牛乳を加え混ぜ合わせ、塩、こしょう、コンソメスープの素で味をつける。 ⑤ 耐熱容器に③を入れ、④の卵液を流し入れ溶けるチーズを散らして180～200度のオーブンで10～15分程度焼く。 *中の卵液に火が通っていれば食べられます。



アスパラガスの他に、スナップえんどうや、むき枝豆、グリーンピースなどで作ってもおいしいですよ♡



耐熱容器にパイシートを敷いて、その中に生地を流して焼いてもおいしいですよ！



みなさん、元気に過ごしていますか？給食がなつかしいな・・・食べたいな・・・と思っている人もたくさんいることと思います。毎日頂いていた給食が、どんなに美味しく温かいものだったのか、改めて感謝の気持ちでいっぱいになります。給食室の先生たちが、みなさんの顔を思い浮かべながら「おいしいなあれ・・・♡♡」と心を込めて作ってくださっていること、また、教室で先生やお友達と楽しく食べていることもおいしさの秘密なのですね。🌸