

～ きのこパンキッシュ ～

【調理時間】 10分

【材 料】 (1 人前)

- ・食パン (4枚切り) 1枚
- ・きのこ (まいたけ、ぶなしめじ、ホワイトぶなしめじ) 50g
- ・スライスハム (細切り) 2枚
- ・バター 10g
- 卵 1個
- とろけるスライスチーズ 1枚
- ケチャップ 適量
- ・塩こしょう 少々
- ・ケチャップ 適量
- 牛乳 大さじ2 (●印を混ぜ合わせて卵液を作る)
- ・粗挽き黒こしょう 少々

【作り方】

- ① フライパンにバター、きのこ、ハムを入れて加熱する。きのこがしんなりするまで炒めたら塩こしょうして味を調える。●印の卵液を加えて半熟状に加熱して火を止める。
- ② 食パンの器に①を入れてチーズを乗せこしょうをふる。天板に乗せてトースターでこんがり焼く (約5分)
- ③ ケチャップをかけて食べてください。

【考案者のコメント】

きのこたっぷりの1品に仕上がりました。
きのこの食感がとてもいい感じです。
手軽に作れちゃうので朝食にピッタリです。

