

作ってみません

令和7年度 第3号

♪令和7年 6月15日(木) 実施♪

ツナとポテトのチーズ焼き



まぜて、チーズをのせて焼くだけの簡単レシピ！

給食でも大好評。

小さいカップにしてお弁当のおかずにもおすすめじゃー♥

材料 (4人)

- ・油 4g
- ・玉ねぎ 100g
- ・塩こしょう 少々
- ・ツナ缶 50g
- ・皮付きポテト 160g
- ・生クリーム 25g
- ・とろけるチーズ 40g
- ・ドライパセリ 少々
- ・カップ 4枚



〈作り方〉

- ① 玉ねぎを半分に切ってうすくスライスする。
- ② フライパンに油を熱し、①を軽く炒め、塩こしょうで味付けし、火を止める。
- ③ ②にツナ・皮付きポテト・生クリームを混ぜる。
- ④ とろけるチーズとドライパセリをまぜておく。
- ⑤ ③をカップにつき分け④を振り、オーブン180℃15分で焼く。