



ドリア・パンプキンパイ



★残ったご飯や冷蔵庫の野菜などを美味しく頂きましょう。

材料 (2人分)

ドリア

1. 鶏むね肉..... 100 g
2. 玉ねぎ..... 1 個
3. ピザ用チーズ..... 適量好きなだけ
4. ご飯..... 2 膳分
5. 牛乳..... 400 ml
6. 小麦粉..... 大さじ 3
7. バター..... 大さじ 2
8. コンソメ..... 1 個
9. 塩・コショウ..... 適量

※冷蔵庫に残っている野菜やキノコは、玉ねぎ、鶏肉と一緒に炒めて使えます。

鶏肉がなければ、ウインナーやハムでも OK



作り方

1. 肉は食べやすい大きさに切る。①
2. 玉ねぎは薄切りにする。②
3. ①、②を炒め塩コショウで味を調える。③
4. 牛乳、小麦粉をボールに入れよくかき混ぜ③にコンソメと一緒に入れて弱火でだまが出来ないように混ぜながらとろみがつくまで煮る。④
5. ④にご飯を入れて混ぜ合わせる。⑤
6. 器に⑤を入れチーズを乗せてトースター又は魚焼きグリルで焦げ目がつくまで焼いて出来上がり。

※コンソメは包丁で細かく刻むと溶けやすい

パンプキンパイ

1. かぼちゃ (冷凍でも可) 1/2 個 (400 g 位)
2. 砂糖 80 g
3. バター 30 g
4. 冷凍パイ生地..... 1 袋
5. 卵..... 1 個

かぼちゃの代用でサツマイモでも OK

(生のリンゴや干しぶドウを入れても美味しいよ)

作り方

1. かぼちゃはレンジで柔らかくなるまで加熱し①、その後オーブンを設定する。
 2. ①をボールに入れ温かいうちに砂糖、バターを入れ混ぜ合わせる。②
 3. パイシートを 2 枚に分割し、1 枚をアルミ箔で作ったシート (20Cm×20Cm) に敷いてその上に冷めた②を平均に乗せる。③
 4. もう一枚のパイシートを 2Cm 幅に切って③の上に網目になるよう乗せる。
 5. 卵黄を良く溶いて④の上に塗る
 6. 予熱したオーブン又はトースターで焼く
トースターの場合途中でアルミ箔を被せこげないように注意する。
- オーブンは 200 度 20 分に設定する

