



日本

ホクホクかぼちゃと ベーコンのチーズ焼き



材 料 (3 ~ 4 人分)

かぼちゃ 1/4 切れ (タネ取り後は 300g)

みりん 大さじ 2

塩 ひとつまみ

ハーフベーコン 1 パック (36g)

とろけるチーズ 2 枚

使用した容器：直径 22cm

満水容量 800mL の耐熱平皿

(品番 HPL-80)

作 り 方

- 1 かぼちゃは皮付きのままひと口大に切り耐熱皿に入れ、みりん、塩をふりかける。
- 2 ふんわりラップをかぶせ、600w の電子レンジに 5~6 分かける。
- 3 ベーコンは1センチ幅に切り、かぼちゃの上へのせる。
- 4 とろけるチーズをのせ、トースターで 3 分ほどチーズに軽く焼き色がつくまで焼き、できあがり。



※冷蔵保存：3 日間