


料理名		準備時間	調理時間	分量
イケメン風おやどりピッツァ		10分	10分	2人分
	1		トマトと玉ねぎをみじん切りにしておく。	
	2		トルティーヤ生地中央にピザソース(スプーン1杯)をたらす。スプーンの背でピザソースをまんべんなく生地に広げる。	
	3		カットトマト・カット玉ねぎ・スライス肉を生地に並べて乗せ、最後にチーズを振りかける。	
	4		オーブンを180℃に設定し、アルミホイルを敷いてから、生地を5分～6分間焼く。	
	5		焼きあがったら器に移して完成。	
	6			
	7			
材料 ムネ肉スライス… 20g トルティーヤ生地… 1枚 カットトマト… スプーン1杯 カット玉ねぎ… スプーン1杯 ピザソースまたはトマトソース… スプーン1杯 ミックスチーズ(ナチュラル)… 適量				
調理のポイント 1)手順3. は、トルティーヤ生地の外側がきつね色になるまで焼くのが目安。				