

食材2つだけ!

ツナ缶

×

ズッキーニ



調理時間

20分

縦に長い見た目がインパクト大!

ズッキーニボート

材料 (2人分)

ズッキーニ …………… 1本

ツナ缶詰(油漬) …… 1缶(70g)

○マヨネーズ …………… 大さじ2

○塩・こしょう …………… 少々

ピザ用チーズ …………… 適量

1 材料を切る

ズッキーニは縦に半分に切り、スプーンで中身をくり抜く。くり抜いた部分を粗みじん切りにし、ボウルに入れてツナ、○と和える。

2 焼く

くり抜いたズッキーニの中に1を詰め、上にピザ用チーズをのせる。750Wのオーブントースターで、チーズに焼き色がつくまで10分程度焼く。



この店のチラシが見られる!

トクバイ

検索