

材料

○ごはん	・・・	2合
○マルメロ	・・・	1個
○豚肉	・・・	150g
○ピザ用チーズ	・・・	200g
○枝豆	・・・	適量
○たまねぎ	・・・	1個
○マヨネーズ	・・・	適量
○しょうゆ	・・・	大さじ3
○酒	・・・	大さじ3
○砂糖	・・・	大さじ3
○サラダ油	・・・	大さじ1

今月ご紹介するのは、管内の特産品マルメロです。マルメロの香りを存分に楽しめる逸品です。どうぞお試しください。



秋田北鷹高校家庭クラブ
Enjoy!Cooking

「マルメロ
ライスピッツア

今月の食材
マルメロ



つくりかた

- ① マルメロは皮と種を取り除き（種の周りの果肉がとても硬いのでざっくり大きめに取り除きます）うす切りに切る。
- ② 豚肉を一口大に切り、熱したフライパンにサラダ油をひいて焼き色がつくまで炒める。
- ③ たまねぎはみじん切りにし、①のマルメロと一緒にしょうゆ・酒・砂糖と一緒に②に入れ、汁気が無くなるまで煮詰める。
- ④ ごはんはすりこぎで粒が残る程度に軽くつぶし、オーブンシートの上で薄く延ばしてピザ生地にする。（1合で1枚分）
- ⑤ ④をそのままフライパンにのせて焼く。焼けてきたら③と枝豆を乗せ、マヨネーズとチーズをかける。
- ⑥ チーズが溶けるまで再び焼いたら完成。

