



「キャベツたっぷりピザパン」

○材料(8枚分)

ホットケーキミックス:200g

卵:2個

牛乳:100cc

キャベツ:200g

ウインナー:6本

コーン:80g



☆ケチャップ:適宜

☆チーズ:適宜

☆パセリ(乾燥):適宜

☆黒こしょう:適宜

☆はトッピング用です。

お好みでアレンジしてみてくださいね!

アレンジいろいろ

- ホットケーキミックスは米粉を使用したホットケーキミックスに変更できます。
- 卵は牛乳または豆乳または水 100cc に変更できます。
- 牛乳は豆乳または水に変更できます。
- トッピングはお好み焼きソースや青のりを加えてもおいしいです。

○作り方

- 1.キャベツは千切り、ウインナーは薄切りにする。
- 2.ボウルに卵と牛乳を入れてよく混ぜ合わせる。ホットケーキミックスも加え混ぜる。
- 3.2.にキャベツ、ウインナー、コーンを加え、混ぜ合わせる。
- 4.生地を8等分に分ける。
- 5.熱したホットプレートに1枚ずつ生地を広げ、蓋をして蒸し焼きにする。
- 6.周りがぷつぷつとして火が通ってきたら、裏返しさらに2~3分焼く。
- 7.つまようじを刺して、中心まで火が通ったか確認する。
- 8.ケチャップ、チーズ、パセリ、黒こしょうのせ、チーズが溶けるまで蓋をして蒸し焼きにする。完成

