

しとうの ベーコンチーズ巻き

鮮やかな緑と独特の苦み～しとうレシピ②

しとうのベーコンチーズ巻き

材 料 (しとう12本分)

- | | | |
|-----------|-------|------------------------|
| しとう | | 12本 |
| ベーコンハーフ | | 12枚 |
| プロセスチーズ | | 3個 |
| オリーブオイル | | 小さじ1 |
| 水 | | 小さじ2 |
| だしパック(中身) | | 小さじ1/4
※まるものだしパック使用 |
| 塩こしょう | | お好みで |

- ① しとうはガクを取り、切り込みを入れる。プロセスチーズは4等分に切る。
- ② しとうの切り込み部分にプロセスチーズをはさみ、だしパック中身をふりかける。
- ③ ベーコンで巻き、巻き終わりを楊枝でさしてとめる。
- ④ フライパンにオリーブオイルを熱し、③を並べて中火で焼く。
- ⑤ 焼き色がついたら、水を加えてフタをし、1分蒸し焼きにして、皿に盛りつけてできあがり♪

コツ・ポイント

- ベーコンはきつめに巻いてください。
- 蒸し焼きにすることでしとうにも火が通ります。
- 塩こしょうなどお好みでかけてください。