

チーズの香りが食欲をそそります。

鶏肉のチーズ焼き

【 材料 】(おとな2人こども2人分)

鶏もも肉	300g
塩	少々
玉ねぎ	小1個
しめじ	1/2パック
油	小さじ1
塩	少々
粉チーズ	大さじ2
パセリ粉	適量



【 作り方 】

- ① 鶏肉は食べやすい大きさに切り、塩をふる。
- ② 玉ねぎはスライス、しめじは食べやすい大きさに切る。
- ③ フライパンに油を熱し、①と②を炒めて塩を加える。
- ④ 耐熱皿(アルミカップでもよい)に③を入れ、粉チーズをかける。
- ⑤ オーブントースターで粉チーズに焦げ目がつくまで焼き、パセリ粉をふる。