

簡単お餅ピザ

お休みの朝、のんびりしたい時に簡単に電子レンジだけで作れるレシピです。これは4枚になっていますが、多く食べたい場合はお餅を6枚にしても大丈夫です。（お餅はエネルギーが高いので食べすぎ注意。）野菜を少しのせたいという場合は、おかかをのせたところに薄切りにしてのせればOKです。ただし「クッキングシートの表にお餅をのせないとはがれなくなる」と、「すぐに食べないとかたくなる」という点には気をつけてください。

- <材料> 2人分（お餅4個分）
- | | |
|----------|--------------------|
| 切り餅 | 50gを4つ |
| 糸削り節 | 3g（ミニパック1袋） |
| しょうゆ | 8ml（小さじ2弱） |
| 焼き海苔 | 1枚（全判）細かいものを並べてもOK |
| シュレッドチーズ | 50g ※お好みで |
- クッキングシート 20cm四方1枚

<作り方>

- ① お皿の上にクッキングシートを敷き、お餅を4枚のせます。
- ② ①のお皿をラップをかけずに電子レンジに入れ、700Wで約3分加熱します。おもちに熱がとおり、一度膨らんでくっついてピザの台ができあがります。
- ③ 糸削り節にしょうゆを入れてまぜておき、②のお餅の上にまんべんなくのせます。
- ④ ③の上に焼き海苔を1枚のせ、シュレッドチーズを平らにのせます。
- ⑤ ④のお皿をラップをかけずに電子レンジにいれ、700Wで約1分30秒加熱するとできあがりです。
- ⑥ キッチンバサミでクッキングシートごと好みの大きさに切って食べます。あたたかいうちならクッキングシートは簡単にはがれます。

