

♪ グローイングアップフード ♪
明治 ステップ
らくらくキューブ

を使っています。



親子で楽しい♪じゃがいもピザ

材料(一人分).....

じゃがいも	1個
片栗粉	大さじ1 (小麦粉、米粉でも可)
ケチャップ	小さじ1
スライスチーズ	1枚
ほうれん草	20g
シラス干し	5g
ステップキューブ	3個
お湯	80ml

作り方.....

- ①じゃがいもの皮を剥き、茹でて（蒸しても良い）柔らかくしたらマッシュして片栗粉と合わせる。
- ②お湯で溶いたステップミルクを①と合わせる。
- ③クッキングシートかアルミホイルに油を塗り、②を一口大に乗せ広げる。
- ④③にケチャップを塗り、さっと茹で、食べやすい大きさに切ったほうれん草・シラス干し・チーズを乗せる。
- ⑤オーブントースターで5～7分程度加熱したら完成。



レシピポイント.....

親子で一緒に作れます。

ケチャップでなくても醤油やマヨネーズでも美味しく、具材もお好みでアレンジできます。
片栗粉でなくても米粉や小麦粉でも作れます。

