

たか森
カフェより
お届け!!

旬曾於市の 餃子を食べる

第60食目 餃子の皮で簡単お野菜キッシュ



クセになる
おいしい
もが

材料（2人分）

餃子の皮……………8枚
新じゃがいも…………100g
新玉ねぎ……………100g
卵……………2個

顆粒コンソメ …… 小さじ1
ミニトマト …… 3個
スナップえんどう…… 4個
※パセリでもOK
チーズ……………適量

つくり方

- ①直径 16cm のスキレットにサラダ油を引いて餃子の皮を少し重ねながら並べて敷く。
- ②新じゃがいもを1cm 角にカット。水をはった耐熱皿に入れ600Wの電子レンジで4分加熱し、ざるにもどして粗熱をとる。
- ③新玉ねぎを1cm 角にカット。耐熱皿に入れて600Wの電子レンジで3分30秒加熱し、ざるにもどして粗熱をとる。
- ④ボウルに卵をほぐし、顆粒コンソメを入れ②③を混ぜ合わせ、①に流しいれる。
- ⑤ミニトマトを1/2にカットし、スナップえんどうは斜め薄切りにして並べ、チーズをのせる。
- ⑥170°Cに余熱したオーブンで40分焼いて完成。

学校農園で育てた新鮮な野菜を使ったランチメニュー、各種ケーキ、オーガニックコーヒーも大好評！毎週金曜日は大隅大川原駅にキッチンカーが出動します。
詳しくはホームページをご覧ください。

