

ほうれん草のミニキッシュ



材料 18 個分

| | |
|----------|----------------|
| パイシート | 3枚 |
| バター | 5g |
| ハーフベーコン | 3枚(小さく切る) |
| ほうれん草 | 4株(茹でて1cm幅に切る) |
| 塩・こしょう | 各少々 |
| 卵(M サイズ) | 2個 |
| 牛乳 | 100ml |
| 粉チーズ | 10g |

作り方

- ① アルミカップを2枚重ねて4つ角をつくるように折る。 写真①
- ② パイシートを6等分に切る。室温に10～15分置いて解凍する。 写真②
- ③ ①のアルミカップに②を手でのばしながら敷く。
- ④ バターでベーコン、ほうれん草を炒め、塩、こしょうをふい粗熱をとる。
- ⑤ ボウルで卵、牛乳、粉チーズを混ぜ合わせる。
- ⑥ パイシートを敷いたアルミカップに④を入れ⑤を流し入れる。 写真③
- ⑦ オーブントースターで17分程焼く。

写真①



4つ角を折る

写真②



写真③

