



*** 材 料 * 4人分 ***

・豚挽肉	100g	・卵	1個
・鶏挽肉	20g	・牛乳	30g
・ベーコン	20g	・パン粉	20g
・プロセスチーズ	20g	・塩・コショウ	適量
・セロリー	30g	・油	適量
・玉ねぎ	50g		
・ピーマン	30g		



*** 作 り 方 ***

1. セロリー、玉ねぎ、ピーマンをみじん切りにする。
2. ベーコン、プロセスチーズを細かく切る。
3. 1、2、豚挽肉、鶏挽肉、卵、牛乳、パン粉を混ぜ合わせる。
塩・コショウを入れ、調味する。
4. オーブンを200℃で温める。
鉄板にクッキングシートを敷き、油を塗る。
3をのせて、形を整える。(円柱状)