

ピーマンのカップドリア



▼材料（2人分）

- ピーマン …2個
- ご飯 …茶碗1杯分
- A：
 - ・ 鮭フレーク …大1
 - ・ 塩、こしょう …各少々
 - ・ バター …小1
- スライスチーズ …2枚

▼作り方

- ① ピーマンは縦半分に切り、種を除く。
- ② 温かいご飯にAを混ぜる。
- ③ ①に②を詰め、オーブントースターで焼く。
- ④ 5分程焼いて、スライスチーズを半分に切ったのせ焼き色が付くまで焼く。