

# ぎょうぎの皮ピザ



## ★材料(4人分)

ぎょうぎの皮	8枚(1人2枚)
ケチャップ	大さじ1
玉ねぎ	1/4個
ピーマン	1/2個
ピザ用チーズ	50g

## ★作り方

- ① 玉ねぎは薄切り、ピーマンは細切りにする。
- ② ぎょうぎの皮にケチャップを伸ばしてつける。
- ③ ②に玉ねぎ、チーズ、ピーマンの順にのせる。
- ④ 180℃のオーブン(トースター可)で6~7分焼く。

## ★工夫点

- ・玉ねぎは厚く切ると火が通りにくいため、できるだけ薄い方が良いです。
- ・ハム・しらす・ベーコンなどお好みの具材で作ってみてください。

簡単で  
おいしい  
人気のおやつです!