

・ 食卓の味方！かんたんベジ活レシピ ・

ま る ご と ピ ー マ ン の チ ー ズ 焼 き

＼ベジ活レシピのご紹介／



◀くわしくはこちら

材料／2人分

- ・ ピーマン 4個
- ・ ベビーチーズ 4個
- ・ 胡椒 お好みで

作り方

- ① ピーマン（種つき）に切り込みを入れ、ベビーチーズをつめる。
- ② ピーマンに焼き色がつくまでトースターで焼き、胡椒をふる。

種のプチプチも楽しい食べごたえのあるレシピ。
ピーマンの苦味とチーズのコクが好相性。



やみつきなす



緑のきつね