

野菜のベーコン巻き



作りかた

1. 好みの野菜にかかる塩、こしょうをして、半分に切ったベーコンで巻き、楊枝で止め、アルミケース（マドレーヌ用）2枚にのせ、黒皿にのせる。



使用付属品

 **黒皿 上段**
テーブルプレート


 **給水タンク 満水**

カロリー	塩分
187kcal	1.2g

※カロリーと塩分は1人分または1回に作れる分量の値です。


材料	1人分	2人分
以下の野菜から2種類選択 アスパラガス（3等分に切る）	1本	2本
かぼちゃ（薄切り）	20g	40g
エリンギ（薄切り）	1本	2本
長ねぎ（ひとくち大に切る）	1/8本	1/4本
赤パプリカ（細切り）	1/8個	1/4個
黄パプリカ（細切り）	1/8個	1/4個
えのきだけ（石づきを切る）	1/8株	1/4株
ベーコン	2枚	4枚
塩、こしょう	各少々	各少々

関連するレシピ

-  トーストセット
-  アップルトーストセット
-  フレンチトーストセット
-  ピザトーストセット

朝食セット（副菜）のコツ

容器は
マドレーヌ用のかためのアルミケースやオープンシート、アルミホイルです。耐熱容器を使うときは、高さが3~4cmの平らな浅めの物を使ってください。

 **アルミケースや耐熱容器に**
サラダ油かバターを薄く塗ってから使うと、こびりつきが防げます。

楊枝を使うときは
刺した楊枝がヨコになるように並べて加熱します。

加熱が足りなかったときは
加熱が十分な物を取り出してから **グリル** で様子を見ながら加熱します。