

J A あいち中央 誕生30年記念企画 碧海そだち料理コンテスト応募用紙

応募部門（どちらかにチェック）	作品名
<input checked="" type="checkbox"/> おかず部門	(ふりがな) なすピザ ナスピザ
<input type="checkbox"/> スイーツ部門	あおみっ子食材（下線に食材を記入） <u>ナス</u> 好きを育む



作り方

- ・ナスをスライスする
- ・ナスにピザソースを塗る（ケチャップでもよい）
- ・上にとろけるチーズ、ハム、ピーマンを乗せる
- ・トースターで3～8分焼く

材料と分量（4人分）碧海そだちの食材には★をつけて下さい

★ナス 中2本 ・ピザソース 大さじ4（ケチャップでもよい）

- ・とろけるチーズ 適量
- ・ハム 好きなだけ ・ピーマン 好きなだけ