





記載例

ちびっこもパクパク食べられる！ピーマンのチーズ乗せ


☆材料(4人分)


ピーマン 2~3個
チーズ 適量
マヨネーズ 適量

☆作り方

-  1 ピーマンをみじん切りにする。
-  2 温めたホットプレートでピーマンを焼く。
-  3 ピーマンを好みのサイズに分け、丸く形を整える。
-  4 上にチーズとマヨネーズを乗せ、両面を焼いて出来上がり！

☆マークの説明☆

 子どもだけで出来るよ

 お家の人と一緒にしよう

ピーマンのお腹の中には、
種がいっぱい入っているよ！



カリカリしていて
おいしい！！