

レンチンカボチャの クリームチーズのせ

カボチャのレンヂ



ワインのお供に!

材料 (4 人分)

カボチャ …………… 1/4 切れ
 クリームチーズ …………… 適量
 オリーブオイル …………… 適量
 塩・こしょう …………… 適量
 乾燥パセリ …………… 適量

作り方

- ① 0.5 ～ 1cm くらいの厚さで、食べやすい大きさに切る。
- ② お皿に (1) を盛り、ラップをして電子レンジに 500W で 5 分ほど加熱する。
- ③ (2) を平たい皿の上に並べる。
- ④ (3) の上にクリームチーズをのせる。その上から、オリーブオイル・塩・こしょうをかける。