

クリスマスパーティーメニュー

## ピザマルゲリータ

Recipes for everyone!



栄養成分値 / 1 / 2 枚分



エネルギー

256 kcal



塩分

1.4 g



調理時間

15 分

※エネルギー・塩分は1 / 2 枚分の値です

たんぱく質		14.2 g
脂質		13.6 g
炭水化物	糖質	18.2 g
	食物繊維	1.1 g
カルシウム		282 mg



## 材料（2人分）

---

ピザクラスト（市販）	1枚
ピザソース	大さじ2
モッツアレラチーズ	1個
プチトマト	4個
バジル	1枚
オリーブ油	少々
ミックスチーズ	50g

---



## 作り方

- 1 モッツアレラチーズはあられ切りに、プチトマトは半分に切る。
  - 2 ピザクラストにピザソースを塗り、1をちらし、バジルをのせ、オリーブ油、ミックスチーズの順にふる。オーブントースターで8～10分焼く。
-