

一度食べたらクセになる

# ズッキーニの味噌マヨチーズ焼き



※写真はイメージです。

ココが  
POINT!



マミーマート三室山崎店ヘルシーコンシェルジュ

**管理栄養士考案!**

大人数でシェアする場合は、ズッキーニを輪切りにするのもおすすめです。焼き時間は5～6分を目安に、トースターの機種に応じて調整してください。

## 材料(2人分)

ズッキーニ	1本	ピザ用チーズ	20g
マヨネーズ	大さじ2	パセリ(みじん切り)	適量
味噌	小さじ1		
おろしにんにく			
	小さじ1/2		

- ズッキーニは縦半分に切る。  
Aを合わせておく。
- 1のズッキーニの断面にAを塗って、チーズをのせる。
- 2をオーブントースター(230℃)でチーズに焦げ目がつくまで焼く。  
皿に盛りパセリを飾る。