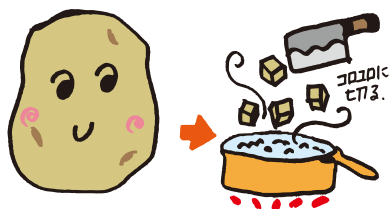




# ポテマヨ焼き

【材料】じゃがいも150g、にんじん30g、玉ねぎ1/4個、ピーマン1/2個、マヨネーズ大さじ4、塩コショウ、粉チーズ少々

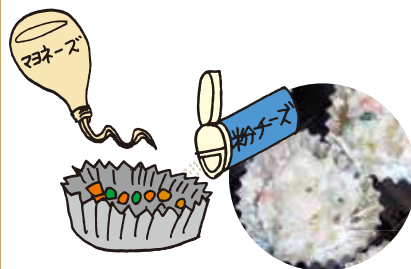
1, じゃがいもは皮をむいて1cm角にし、水にさらしてから軽く茹でておく。



2, にんじん、玉ねぎ、ピーマンはみじん切りにする。



3, 野菜をアルミカップに入れ、マヨネーズを加えよく混ぜ、粉チーズを振る。



4, グリルで3~5分焼き色がつくまで加熱する。



お弁当のおかずは...

